



Universidad
Zaragoza



Facultad de
Ciencias Sociales
y del Trabajo
Universidad Zaragoza

Trabajo Fin de Grado

Envejeciendo activamente en la comunidad

Proyecto intergeneracional de envejecimiento activo en el barrio de San José de Zaragoza

Autora:

Mireya Díaz Cabanillas

Directora:

M^a del Mar del Rincón Ruíz

Codirector:

Antonio Eito Mateo

Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo

2015

Agradecimientos

Este Trabajo Final de grado es producto de esfuerzos compartidos por muchas personas y no me gustaría perder la oportunidad de poder agradecerles:

A Dña. María del Mar del Rincón y al Dr. Don Antonio Eito Mateo, mi directora y codirector del Trabajo Final de Grado, la dedicación y el tiempo invertido en su transmisión de conocimientos, sus orientaciones, su motivación, apoyo y paciencia.

A todos los profesores que durante la carrera me han transmitido los conocimientos necesarios para poder llegar a ser Trabajadora Social.

A todas las personas del Barrio San José que han participado y hecho posible el diseño de este proyecto, en especial a los profesionales y líderes comunitarios de los recursos por la disponibilidad y colaboración.

A mi familia que me ha apoyado y acompañado incondicionalmente durante toda mi vida y, en especial, en estos últimos años de carrera.

A mis amigos y mi novio, que durante estos meses han estado apoyándome en los mejores y peores momentos del camino.

A todos, gracias, de corazón.

Índice de contenido

Introducción.....	1
Capítulo 1. Planteamiento y metodología del trabajo	2
1.1 Planteamiento del tema	2
1.1.1 Objetivos del trabajo	2
1.1.2 Objeto y población de estudio	4
1.1.3 Ámbito territorial y temporal	4
1.2 Metodología y técnicas aplicadas en la investigación	5
Capítulo 2. Fundamentación.....	9
2.1 Marco teórico.....	9
2.1.1 Envejecimiento demográfico de la población. Una aproximación teórica	9
2.1.2 Feminización de la vejez.....	14
2.1.3 Envejecimiento activo como nuevo paradigma: Marco político del envejecimiento activo. .	17
2.1.4 Envejecimiento activo y relaciones intergeneracionales.	21
2.1.5 Mitos, estereotipos y prejuicios sobre el envejecimiento	23
2.1.6 El trabajo social con comunidades	25
2.2 Diagnóstico de la realidad	27
2.3 Necesidades diagnosticadas	30
Capítulo 3. Diseño del proyecto de intervención.....	32
3.1 Introducción.....	32
3.2 Marco institucional, ámbito territorial de actuación y delimitación temporal	33
3.2.1 Ámbito territorial y delimitación temporal del proyecto	34
3.3 Beneficiarios del proyecto.....	34
3.4 Objetivos generales y/o específicos del proyecto.....	35
3.4.1 Árbol de problemas	35

3.4.2 Árbol de objetivos	36
3.5 Actuaciones y actividades a desarrollar	37
3.6 Metodología.....	45
3.7 Recursos materiales y humanos.....	46
3.8 Organización del equipo de trabajo y asignación de responsabilidades	47
3.9 Presupuesto y fuentes de financiación	48
3.10 Evaluación	49
4. Conclusiones	54
Referencias	56
Anexo I.....	61
Índice de tablas	61
Índice de figuras	61
Anexo II. Guiones de la entrevista y los grupos focales	62
Entrevista semiestructurada	62
Grupo focal con mujeres mayores	63
Grupo de discusión con jóvenes adolescentes	64
Anexo III. Análisis de entrevistas y grupos focales.....	65
Análisis de entrevistas	65
Análisis del grupo focal con jóvenes.	68
Análisis del grupo focal con mujeres mayores.....	71
Anexo IV. Cuestionario de satisfacción.....	74

Introducción

El presente Trabajo de Final de Grado se realiza en la línea temática del envejecimiento y vejez y se presenta en la modalidad de diseño de un proyecto de intervención. Además, responde a los requisitos planteados en la guía del trabajo fin de grado, asignatura del cuarto año del Grado de Trabajo Social de la Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo de la Universidad de Zaragoza.

El tema central del trabajo gira en torno al envejecimiento activo y su elección se ha visto motivada por las previsiones de aumento de número de personas longevas, teniendo en cuenta la creciente expectativa de esperanza de vida libre de discapacidad. Se observa así, la necesidad de educar en el envejecimiento activo a la población, en este caso a la generación de jóvenes-adolescentes, que quizás sea una de las que más desconocen de la importancia de la actividad a lo largo del ciclo vital.

Por todo ello, se cree necesaria la intervención a través del proyecto comunitario de intervención Envejeciendo activamente en la comunidad. En este, se enfoca el envejecimiento activo desde la perspectiva de la participación ciudadana y, con ello, se pretende poner en valor el capital social que representan los mayores de nuestra sociedad. En este caso, se han seleccionado las mujeres mayores de San José como población diana ya que, tras una primera aproximación a la realidad, se ha observado que participan en mayor medida que los hombres. Por otro lado, se pretende empoderar a los jóvenes en la participación social en la comunidad a través de la educación en la vida sobre el envejecimiento.

Así, el presente trabajo presenta una estructura dividida en tres capítulos con sus correspondientes subcapítulos. En el primer capítulo, planteamiento y metodología del trabajo, se encuentran dos subcapítulos. Por un lado, el planteamiento del tema, dónde se presentan los objetivos del trabajo, el objeto y la población de estudio y el ámbito territorial del estudio. Por otro lado, se presenta la metodología y las técnicas aplicadas a la investigación.

En el segundo capítulo se encuentra la fundamentación y está dividido en tres subcapítulos. Por una parte, se encuentra el marco teórico y por otra, el diagnóstico de la realidad y las necesidades identificadas. En estos subcapítulos se exponen las bases sobre las que se fundamenta el proyecto de intervención.

En el tercer capítulo, se plantea el diseño del proyecto, Envejeciendo activamente en la comunidad, en el que se expone el marco institucional, el ámbito territorial y temporal, los beneficiarios, los objetivos, las actividades, la metodología, los recursos, la organización del equipo, el presupuesto y la evaluación.

Capítulo 1. Planteamiento y metodología del trabajo

“En la juventud aprendemos, en la vejez entendemos.”

Marie von Ebner-Eschenbach

1.1 Planteamiento del tema

Para comenzar, con el presente trabajo, se pretende elaborar el diseño de un proyecto de envejecimiento activo desde la perspectiva de género, que promueva la participación social y ciudadana en ambas generaciones, a través del trabajo social comunitario. Se ha seleccionado el distrito de San José como ámbito territorial para el proyecto debido a que es uno de los barrios más envejecidos del Municipio de Zaragoza y, por ello, resulta ser una zona favorable e interesante para llevar a cabo un proyecto de estas características.

Para que todo lo mencionado anteriormente sea posible se ha realizado una investigación exploratoria previa. Se han formulado tres objetivos generales del Trabajo Final de Grado que se han concretado en objetivos específicos. Los dos primeros objetivos están relacionados con la investigación que se ha llevado a cabo para fundamentar el proyecto y el tercero está relacionado con el diseño del proyecto de intervención, en el cual se especifican los objetivos concretos más adelante (véase apartado 3.4 Objetivos generales y/o específicos del proyecto).

1.1.1 Objetivos del trabajo

Objetivos generales del Trabajo de Final de Grado.

- A. Identificar y conocer las características y funciones de los recursos e instituciones para personas mayores y de la Red Asociativa del distrito 5 de Zaragoza (barrio San José), así como analizar los rasgos sociodemográficos más relevantes en el distrito a través de bases de datos oficiales (Observatorio Municipal de Estadística, Instituto Aragonés de Estadística, Instituto Nacional de Estadística).
- B. Conocer las características de las diferentes generaciones (mayores y jóvenes-adolescentes) e identificar las relaciones intergeneracionales existentes en el barrio de San José a través de la realización de entrevistas a los profesionales y líderes comunitarios de los recursos

comunitarios seleccionados, así como grupos focales con mujeres mayores y con jóvenes-adolescentes del Barrio San José.

- C. Diseñar un proyecto comunitario de envejecimiento activo intergeneracional dirigido a mujeres mayores y a jóvenes-adolescentes del barrio para mejorar las relaciones vecinales existentes e incrementar el grado de cohesión de la comunidad, a la vez de promover un modo de vida activo y saludable a lo largo de todo el ciclo vital.

Objetivos específicos de la investigación.

Cada uno de los dos primeros objetivos generales, que guían la investigación previa al diseño del proyecto, se concretan en sus correspondientes objetivos específicos:

A.1. Identificar y conocer las características y funciones de los recursos para personas mayores y de la Asociación de Vecinos (AA.VV) de San José.

A. 2. Conocer las características del envejecimiento poblacional en el barrio San José.

A.3. Analizar los datos estadísticos más relevantes de bases de datos oficiales para determinar las características demográficas de la población.

B.1 Conocer las características de las mujeres mayores de San José, desde la perspectiva de los profesionales y líderes comunitarios que trabajan con la población mayor del barrio.

B.2 Identificar las diferencias de actividad y participación en las personas mayores por género.

B.3. Conocer la opinión de los profesionales y líderes comunitarios sobre las experiencias intergeneracionales.

B.4. Conocer las características de las relaciones intergeneracionales intra y extra-familiares.

B.5. Conocer cómo perciben y describen a la generación opuesta con el fin de identificar estereotipos y prejuicios existentes.

B.6. Identificar cambios en las tendencias del barrio y relaciones vecinales de los últimos años.

B.7. Identificar la calidad del tejido social y vecinal del barrio San José.

B.8. Comprobar la disposición que tienen las mujeres mayores y los jóvenes-adolescentes del barrio San José a participar en actividades intergeneracionales.

1.1.2 Objeto y población de estudio

El objeto del Trabajo Final de Grado es elaborar el diseño de un proyecto comunitario de envejecimiento activo. Para poder fundamentarlo de la manera más adecuada, es necesario investigar, en general, las características del barrio y, en concreto, las de las mujeres mayores y las de los jóvenes adolescentes del barrio.

El proyecto de intervención se ha diseñado en el nivel comunitario por lo que el universo de estudio es el distrito 5 o barrio de San José. Para conocer las características más relevantes se procede a realizar un análisis de los datos sociodemográficos más relevantes de las bases de datos oficiales, en este caso el Padrón Municipal.

Por su parte, la población objeto de estudio se compone de los profesionales de los recursos para personas mayores y los líderes comunitarios de la AA.VV de San José que operan en el barrio, así como mujeres mayores y jóvenes-adolescentes de la comunidad.

1.1.3 Ámbito territorial y temporal

El carácter comunitario del proyecto permite determinar la localización de una manera muy concreta. El diseño del proyecto se va a localizar en el Distrito 5 o Barrio de San José, perteneciente al entramado urbano del Municipio de Zaragoza y de la Comunidad Autónoma de Aragón, por lo que la investigación previa también se desarrolla en el mismo ámbito geográfico.

En cuanto a su temporalización se plantea el desarrollo del Trabajo de Final de Grado a lo largo de cinco meses, desde de enero de 2015 hasta mediados de junio de este mismo año.

1.2 Metodología y técnicas aplicadas en la investigación

En este apartado se plantea la metodología utilizada para dar respuesta a los objetivos planteados en la fase de investigación previa a la elaboración del diseño del proyecto de intervención.

Tipo de estudio

Con el fin de dar respuesta a los objetivos planteados en el estudio y poder realizar un diseño de un proyecto de intervención social, la metodología elegida para la investigación ha sido la investigación-acción-participativa, que tiene un carácter cualitativo. Se ha considerado la metodología más adecuada para este trabajo debido a que se trata de una investigación aplicada, que permite identificar y comprender necesidades y problemas de un grupo, comunidad u organización, así como buscar soluciones, describir y documentar sucesos y fenómenos sociales de una manera más cercana a la realidad para luego poner en práctica acciones de mejora (Álvarez-Gayou, 2003; Rubio y Varas, 1997).

La investigación-acción-participativa se ha fundamentado, por un lado, en las preocupaciones de la Asociación de Vecinos de San José como los retos del envejecimiento poblacional, la necesidad de buscar nuevas formas de socialización y de romper las barreras intergeneracionales, así como de promover la participación ciudadana y crear espacios auto-gestionados. Por otro, también se fundamenta en los resultados señalados en el capítulo VI del Informe sobre las condiciones de vida de las personas mayores de 65 años del barrio de San José, que trata sobre la participación social y actividades de ocio (Del Rincón y Pérez, 2005). Conforme a los datos expuestos en este capítulo se puede concluir que la mayoría de las personas mayores de San José no participan ni pertenecen a ninguna asociación, aspecto que se ve aún más acentuado en el caso de las mujeres. Por ello, se pretende promover la participación a través de la población mayor que sí que participa, que sea la propia comunidad la que ayude a empoderar a personas de su misma generación y a personas más jóvenes, en definitiva que sea un proyecto participativo.

Técnicas de investigación.

El presente trabajo se ha ido desarrollando en distintas fases para poder fundamentar el proyecto y dar una respuesta más adecuada y concreta a las necesidades del Distrito 5 de Zaragoza. Se ha llevado a cabo un enfoque multimetódico a través de la triangulación metodológica, es decir, la utilización de distintas metodologías para el análisis de una misma realidad social (Álvarez-Gayou, 2003). Las técnicas que se han utilizado han sido el rastreo, el análisis documental y de datos -para la parte

demográfica-, la entrevista semiestructurada con profesionales y líderes comunitarios y los grupos focales de ambas generaciones. Cabe mencionar que, para la redacción del presente trabajo se han seguido las Normas A.P.A de la sexta edición.

En primer lugar, con el fin de redactar el marco teórico se realizó una búsqueda y análisis bibliográfico de fuentes secundarias entre enero y marzo de 2015, combinando los siguientes términos: longevidad, supervivencia, mortalidad, transición demográfica, transición epidemiológica, feminización de la vejez, envejecimiento activo, experiencias intergeneracionales y trabajo social comunitario.

Paralelamente, se consultaron datos de fuentes estadísticas oficiales como el Instituto Nacional de Estadística (INE), el Instituto Aragonés de Estadística (IAEST) y el Observatorio Municipal de Estadística. Todo ello, con el fin de poder observar y analizar el grado de envejecimiento de las estructuras de población a diferentes niveles (distrito, local y autonómico), realizar comparaciones por género y observar los cambios producidos durante los últimos años en la esperanza de vida en buena salud en personas mayores de 65 años.

En segundo lugar, y con el fin de obtener una primera aproximación del Distrito 5 de San José, se realizó una búsqueda online de los recursos comunitarios del barrio para contactar con los líderes comunitarios y/o profesionales de cada recurso y realizar entrevistas informales, durante el primer contacto. De esta manera, a través del trabajo de campo exploratorio y de inversión se obtuvo información de fuentes primarias sobre las características y el funcionamiento de cada recurso, así como las características del barrio y de los colectivos involucrados.

Durante los primeros contactos se realizaron entrevistas informales en las que se trataron los siguientes bloques de temas: características y funciones del recurso, labor realizada con la comunidad, características del barrio, características de la población mayor, características de la población joven, necesidades y posibilidades de intervención. Se trató de registrar todos los contactos a través de grabación de voz, sin embargo, en algunos casos no fue posible y sólo se documentó de manera escrita.

Después del rastreo, se acabaron realizando entrevistas informales con profesionales o líderes comunitarios de los siguientes recursos:

1. Asociación de Vecino de San José.
2. Centro Municipal de Servicios Sociales (CMSS) de San José.
3. Centro de Convivencia para Mayores Joaquín Sorolla.
4. Hogar y Centro de día Luis Aula.

5. Centro de Convivencia para Mayores Laín Entralgo.¹
6. Casa de Juventud de San José.
7. Centro de Tiempo Libre Juvelino.
8. I.E.S Pablo Gargallo.
9. Colegio Público Calixto Ariño.

Después del primer contacto, se seleccionaron los principales recursos relacionados con el barrio y con el colectivo de personas mayores para realizar entrevistas semiestructuradas a los profesionales o líderes comunitarios de los recursos y, de esta manera, obtener una visión de la realidad social del barrio más cercana. Se han realizado un total de cuatro entrevistas semiestructuradas a profesionales o líderes comunitarios, en concreto a:

- El director del Centro de Convivencia para Mayores de San José.
- La directora del Centro de Convivencia para Mayores Laín Entralgo.
- La trabajadora social del Hogar de Jubilados y Centro de Día Luis aula.
- La comisión de la Asociación de Vecinos de San José.

Para realizar las entrevistas se contactó con los profesionales y líderes comunitarios por dos vías, teléfono o correo electrónico, y se acordó un día para realizar la entrevista en los respectivos recursos. Las cuatro entrevistas se han basado en el mismo guion diferenciado en tres bloques: diferencias entre hombres y mujeres mayores, experiencias intergeneracionales y relaciones vecinales y cambios y tendencias del barrio en los últimos años (véase Anexo II. Entrevista semiestructurada). Todas las entrevistas, a excepción de una, fueron registradas a través de grabación de voz, con la finalidad de facilitar el análisis de contenido realizado posteriormente.

Por su parte, se han realizado dos grupos focales (véase Anexo II Grupo focal con mujeres mayores y Grupo de discusión con jóvenes adolescentes) con personas del barrio San José pertenecientes a dos generaciones diferentes, mujeres mayores y grupo de jóvenes-adolescentes.

Los grupos focales se planificaron a través del contacto con la educadora del P.I.E.E del I.E.S Pablo Gargallo que, junto con la orientadora del centro seleccionó a seis estudiantes de 1º de Bachiller de los que acabaron viniendo cuatro; así como con la representante contactada de la Asociación de Vecinos que seleccionó a cinco mujeres que participan sus actividades de las cuales acabaron

¹ No se encuentra en el barrio pero cuenta con un gran número de socios del barrio San José que acuden al él por cercanía.

acudiendo cuatro. Esta técnica de investigación también se ha registrado a través de la grabación de voz con la finalidad de poder realizar un análisis posterior.

Tabla 1. Características de los grupos focales

Generación	Número de participantes	Género de los participantes	Edades de los participantes	Forma de contacto
Generación de jóvenes-adolescentes	4	Mujeres	Entre los 16 y los 17 años.	1° de Bachiller del I.E.S Pablo Gargallo, San José.
Generación de mayores	4	Mujeres	Entre 65 y 72 años.	Asociación de Vecinos de San José

Fuente: Elaboración propia

Finalmente, se realizó un análisis de contenido de la revisión bibliográfica y de las entrevistas semiestructuradas y los grupos focales (véase Anexo III. Análisis de entrevistas y grupos focales), con el objetivo de fundamentar el diseño posterior del proyecto de intervención.

Capítulo 2. Fundamentación

2.1 Marco teórico

2.1.1 Envejecimiento demográfico de la población. Una aproximación teórica

El siglo XX ha sido testigo de un vertiginoso cambio demográfico caracterizado por una considerable merma de las tasas de mortalidad y fecundidad y, consecuentemente, un aumento de la esperanza de vida. Este fenómeno ha sido principalmente protagonista en los países desarrollados y ha derivado en un aumento del envejecimiento de la población (Rodríguez, González, Díaz y Rodríguez, 2011).

En demografía este fenómeno se denomina envejecimiento demográfico o de la población y, según Pérez (2010) se refiere a un cambio de la estructura por edades de la población. Esta transformación se produce cuando la población mayor de 65 años aumenta, tanto en términos absolutos como relativos, mientras que se reduce la población joven (Robles, 2011). Es importante no confundir este concepto con el de vejez, un proceso fisiológico que produce cambios en los individuos a lo largo de su vida y que, generalmente se concibe que se inicia a partir de los 65 años. En definitiva, el proceso de envejecimiento demográfico afecta a poblaciones enteras mientras que la vejez afecta a las personas a nivel individual (Santos, 1996).

No se trata de un acontecimiento reciente, puesto que a lo largo de las últimas décadas se ha dado un progresivo descenso de la mortalidad y la fecundidad. En las sociedades más tradicionales las dinámicas demográficas se han caracterizado por la limitada supervivencia del ser humano, es decir por la alta mortalidad y tasas de fecundidad y la baja esperanza de vida. Sin embargo, con la aparición de la industrialización y el consecuente progreso económico, se dio la disolución de lo que Pérez (2010) denomina “antiguo régimen demográfico” lo que, a su vez, desencadenó el comienzo de diversas transiciones que acabaron en un régimen demográfico estable con características muy diferentes a las iniciales. Disminuyó la tasa de mortalidad y se incrementó la supervivencia y, finalmente, acabó disminuyendo la tasa de fecundidad.

La transición demográfica no siempre sigue el mismo patrón ya que cada sociedad es única. Las etapas se desarrollan con tiempos distintos en los diferentes países, pero siempre en relación con el proceso de industrialización. No obstante, hay tres fases que parecen repetirse en todos los casos y se

produce paralelamente a la transformación radical de una sociedad agraria o tradicional hacia una sociedad industrial. Así pues, el paso a la modernidad supuso un cambio radical en los factores que caracterizaban a la sociedad tradicional. Las sociedades pre-transicionales del antiguo régimen demográfico se caracterizan por altas intensidades en las tasas de fecundidad y mortalidad. En la primera etapa se produce un descenso de la mortalidad entre la última parte del siglo XVIII y la primera mitad del siglo XIX. Las principales causas de este cambio en la mortalidad pueden encontrar su origen en la mejora económica o el desarrollo del Estado Moderno. En la segunda etapa, durante el último tercio del siglo XIX hasta la primera Guerra Mundial, se produce una revolución en el ámbito médico y farmacéutico lo que hace posible la reducción de la mortalidad juvenil, en primer lugar, y más tarde la infantil. Por último, en la tercera etapa, que comenzó después de la Segunda Guerra Mundial, Fleming descubrió la penicilina y el uso de antibióticos derivó un aumento de supervivencia general de la población (Kirk, 1996; citado en Ramiro, 2011).

Durante el desfase temporal en el que la fecundidad se mantuvo alta y la mortalidad disminuyó apareció lo que hoy conocemos como la generación del *baby boom*. En la tercera fase se alcanza de nuevo el equilibrio con baja mortalidad y fecundidad (Robles, 2011).

La explicación de este cambio en las tendencias poblacionales tiene su explicación en la teoría de la transición demográfica. Sin embargo, esta no es suficiente y, por ello, aparecen nuevas teorías complementarias como la transición epidemiológica o la transición sanitaria que sirven para explicar las posibles causas de este fenómeno.

El origen de la revolución de los patrones demográficos encuentra su inicio en la mejora de los salarios, de la alimentación, de los servicios sanitarios y políticas públicas, lo que acabó incrementando, la calidad y condiciones de vida de la población general (Fernández, Parapar y Ruiz, 2010 ; Rodríguez, et al, 2011).

La teoría epidemiológica se centra en los patrones de morbilidad y mortalidad (Chande, 1995) en otras palabras aborda la relación existente entre enfermedad y muerte, y los cambios en los patrones y determinantes de salud y las consecuencias en los grupos de población a lo largo de la historia. Se entiende por transición epidemiológica al paso de una etapa donde la mortalidad era elevada debido a pandemias y epidemias de enfermedades infecciosas y contagiosas a otra en la que pasan a tener más relevancia las patologías crónicas y degenerativas. (Caselli, 1993, citado en Robles, Mestre y Benavides, 1996a).

De forma posterior, y como complemento a la postulación de la teoría de la transición epidemiológica, se formuló la teoría de la transición sanitaria. Se trata de una teoría más explicativa que descriptiva y se centra en explicar los cambios más relevantes, en cuanto a las condiciones de salud, que se han dado a lo largo del pasado siglo (Bernabeu y Robles, 2000). Esta teoría permite contextualizar las consecuencias de estos cambios demográficos, como son el descenso de la mortalidad y la fecundidad, el envejecimiento poblacional, el control y la reducción de enfermedades contagiosas e infecciosas, el incremento de patologías crónicas y degenerativas y el consecuente cambio en los servicios sanitarios (Robles, et al., 1996b).

La transición demográfica comenzó en Europa durante el siglo XVIII mientras que en España no se inició hasta finales del siglo XIX. Así pues, España muestra un claro atraso en el proceso de transición demográfica con respecto al resto de países Europeos y se encuentra a medio camino entre la transición demográfica europea y la de los países en desarrollo. A pesar de que en España la transición fue más tardía ésta se produjo de forma vertiginosa (Rodríguez, et al., 2011) y, actualmente, se encuentra en una etapa post-transicional e incluso el nivel de envejecimiento poblacional supera a algunos países europeos y mundiales, ya que se trata de uno de los países con una población más envejecida junto con Japón y Eslovenia (Das Gupta, et al., 2014; Pérez, 2003b; Robles, 2011).

En España el envejecimiento poblacional es una realidad evidente en la actualidad y, según las previsiones, va a acentuarse todavía más durante las próximas décadas hasta que la generación del *baby boom* (nacidos entre 1958 y 1977), que actualmente se encuentra en plena edad laboral, comience a llegar a la jubilación en torno al año 2024 (Abellán y Pujol, 2015).

En la demografía, como en el ciclo vital de los seres vivos, existen diferentes etapas o fases. Antes de que los organismos lleguen a la vejez atraviesan la etapa de la madurez, de hecho la vejez no suele iniciarse hasta que se acaba la fase reproductiva. Así pues, en este símil entre el ciclo vital de las poblaciones y de los seres vivos se puede decir que, en la actualidad, se puede situar a las sociedades que han atravesado la transición demográfica en la madurez, dando lugar a lo que Pérez denomina y define como la madurez de masas:

«La madurez demográfica nos señala el fenómeno de democratización de la supervivencia mínima necesaria para completar la fase adulta de la vida. Restando importancia deliberadamente, desde un enfoque intachablemente científico, a la preocupación por el ente abstracto de la población y centrando el interés en las personas que la componen. Y quizá es esto lo que resulta aún más novedoso, más oportuno y especialmente necesario en

estos momentos, el que esta reflexión se nos presente enfocada a las consecuencias positivas que el conjunto de estas transformaciones tiene sobre las personas, sobre los seres humanos que componemos las poblaciones.» (Pérez, 2003b, pp.9-10)

Para alcanzar la madurez de masas la mayor parte de generación debe conseguir atravesar el periodo reproductivo completo, es decir, se ha de dar una supervivencia mayoritaria hasta la etapa de la madurez. Actualmente, la madurez de masas ya está totalmente consolidada y comienza a ser muy visible el aumento de personas que alcanzan edades muy avanzadas, dando lugar a la vejez de masas.

Para poder comprender mejor los proyectos vitales hay que centrarse en las expectativas de supervivencia de las personas, es decir cómo afrontarán el futuro. La supervivencia masiva de un cohorte tiene consecuencias sobre las pautas de comportamiento y de vida de las personas que llegan a esa etapa del ciclo vital ya que, se encuentran ante una situación desconocida hasta el momento y sus roles y formas de actuación no están determinados como en etapas anteriores (Pérez, 2003b).

Las edades avanzadas van a sufrir un proceso de conquista similar al que ha tenido lugar en las edades maduras (Pérez, 2003b). En la actualidad se ha incrementado la longevidad, es decir que hay más personas alcanzan la edad máxima de supervivencia. Las proyecciones de población de 2013 y 2014 del INE afirman que el número de personas de personas centenarias se incrementará notablemente pasando de 12.033 en 2013 a 23.428 en 2023 y a más de 372.000 en 2064 si las tendencias demográficas se mantienen. Se produce así lo que se denomina “envejecimiento del envejecimiento” es decir, el incremento de personas que superan los 80 años (IMSERSO, 2014).

La conquista de edades avanzadas se ha democratizado, aunque no hace muchos años atrás era algo impensable. Se está dando lo que se denomina desplazamiento de la mortalidad, es decir proceso por el cual las defunciones se desplazan cada vez a edades más avanzadas, especialmente en el género femenino. A lo largo de las últimas décadas, se ha producido un aumento de la supervivencia, tanto de las personas a nivel individual como a nivel generacional, lo que se presenta en la curva de supervivencia, obtenida mediante la representación gráfica de la supervivencia (edad que una generación –mismo año de nacimiento- consigue alcanzar) frente al tiempo. Así pues, según Gómez y García (2011) la curva de supervivencia se va desplazando progresivamente y se va determinando la rectangularización de la curva. Esto es debido a tres factores, el aumento de la supervivencia a edades avanzadas; el límite biológico de la vida humana; y la concentración de las defunciones en los límites superiores de la vida.

En la Comunidad Autónoma de Aragón, en el municipio de Zaragoza y en su Distrito 5 (véase Tabla 2, Tabla 3 y Tabla 4) se puede observar una evolución en el peso de la población madura y anciana en detrimento de la población joven en los últimos diez años.

Tabla 2. Evolución de la población por categorías de edad en la Comunidad Autónoma de Aragón: 2004-2014

	Valores Absolutos			Valores relativos		
	2004	2011	2014	2004	2011	2014
Infancia (< 14 años)	157.728	186.720	189.486	12,74%	13,89%	14,23%
Juventud (15-24 años)	139.653	129.513	121.056	11,28%	9,63%	9,09%
Madura-joven (25-44 años)	388.976	414.716	386.239	31,42%	30,85%	29,01%
Madura (45-64 años)	292.750	345.727	359.659	23,65%	25,72%	27,02%
Anciana (64 años y más)	258.685	267.721	274.863	20,90%	19,91%	20,65%
Conjunto población total	1.237.792	1.344.397	1.331.303	100%	100%	100%

Fuente: Elaboración propia a partir de Pirámides de Población de Aragón del Instituto Aragonés de Estadística.

Tabla 3. Evolución de la población por categorías de edad en el Municipio de Zaragoza: 2004-2014

	Valores absolutos			Valores relativos		
	2004	2011	2014	2004	2011	2014
Infancia (< 14 años)	83.790	97.788	93.040	13,06%	14,01%	13,31%
Juventud (15-24 años)	74.652	68.815	63.237	11,64%	9,86%	9,05%
Madura-joven (25-44 años)	210.301	223.995	208.552	32,78%	32,08%	29,83%
Madura (45-64 años)	158.613	182.041	192.761	24,72%	26,07%	27,59%
Anciana (64 años y más)	114.195	125.547	141.343	17,80%	17,98%	20,22%
Conjunto población total	641.551	698.186	698.933	100,00%	100,00%	100,00%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos del Padrón Municipal 2014 del Observatorio Municipal de Estadística.

Observando las tablas, y atendiendo al estrato de población anciana, se puede comprobar cómo el grado de envejecimiento alcanzado en el Distrito 5 o barrio de San José de Zaragoza es superior en comparación con los obtenidos en el municipio de Zaragoza o en la Comunidad Autónoma de Aragón. Cabe destacar que, en 2014 el Distrito 5 contaba con un total de 16.710 personas mayores de 65 años lo que, en términos relativos, supone que uno de cada cuatro habitantes del barrio pertenecían a esta categoría de población, personas ancianas.

Tabla 4. Evolución de la población por categorías de edad en el Distrito 5-San José de Zaragoza: 2004-2014

	Valores absolutos			Valores relativos		
	2004	2011	2014	2004	2011	2014
Infancia (< 14 años)	7.715	7.882	7.253	11,30%	11,37%	10,73%
Juventud (15-24 años)	7.593	6.750	5.862	11,12%	9,74%	8,67%
Madura-joven (25-44 años)	21.391	20.972	19.109	31,33%	30,26%	28,27%
Madura (45-64 años)	17.452	18.342	18.659	25,56%	26,46%	27,61%
Anciana (64 años y más)	14.123	15.371	16.710	20,69%	22,18%	24,72%
Conjunto población total	68.274	69.317	67.593	100,00%	100,00%	100,00%

Fuente:Elaboración propia a partir de los datos del Padrón Municipal 2014 del Observatorio Municipal de Estadística.

Progresivamente aumenta la esperanza de vida a edades más avanzadas, cada vez se vive más años y con mejores expectativas de salud que, junto con las bajas tasas de fecundidad, dan lugar a un alto envejecimiento poblacional. Sin embargo, existen otras causas que pueden explicar el alto envejecimiento poblacional. Por un lado, hace unas décadas se comenzaron a producir migraciones que tuvieron un efecto rejuvenecedor en la población. Sin embargo, cabe destacar que este efecto es fugaz, ya que las personas de origen extranjero también envejecen y que, recientemente, debido a los efectos de la crisis socioeconómica, la población de origen extranjero se está reduciendo paulatinamente porque muchos de ellos retornan a su país. Además, cabe destacar que en los últimos años se ha producido una emigración masiva de personas jóvenes que, ante un futuro incierto, deciden salir del país en busca de nuevas oportunidades (Rodríguez, et al, 2011).

Así pues, se puede afirmar que el envejecimiento poblacional es una realidad actual en la que, dentro de la estructura de población por edades, las edades más avanzadas están ganando terreno, en especial en los países Europeos. Por ello, se plantean retos que hay que abordar y oportunidades que hay que aprovechar (Lanzieri, 2011).

2.1.2 Feminización de la vejez

El hecho de nacer hombre o mujer influye en todos los aspectos de la vida, ya que en la mayoría de las sociedades las mujeres presentan mayores desventajas y desigualdades que aún están presentes en nuestra sociedad (Corsi and Samek, 2010; World Health Organization [WHO], 2008).

Una de las claves del envejecimiento poblacional es la diferenciación de género, ya que el avance en el terreno del envejecimiento es, si cabe, mucho más espectacular en las mujeres. (Pérez, 2003a). El envejecimiento es un fenómeno que afecta a toda la población española, tanto a hombres como a

mujeres. No obstante, las tendencias demográficas indican una mayor supervivencia en el género femenino que, en mayor medida, llegan a alcanzar la cuarta edad (personas que superan los 80 años), siendo, mayor la tasa de feminidad el caso del barrio de San José que en el Municipio de Zaragoza (véase Tabla 5).

Tabla 5. Distribución de la población mayor de 65 años por sexo y tramos de edad en el barrio San José de Zaragoza y en el Municipio de Zaragoza en 2015

	San José			Zaragoza		
	Valores absolutos		Tasa de feminidad	Valores absolutos		Tasa de feminidad
	Hombres	Mujeres		Hombres	Mujeres	
Población de 65 a 69 años	1.806	2.279	126%	17.252	20.481	119%
Población de 70 a 74 años	1.604	2.061	128%	13.879	16.847	121%
Población de 75 a 79 años	1.191	1.732	145%	9.761	13.774	141%
Población de 80 a 84 años	1.100	1.738	158%	8.801	14.022	159%
Población de 85 y más años	834	1.825	219%	6.870	15.448	225%
Total población > 65 años	6.535	9.635	147%	56.563	80.572	142%

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos del Padrón Municipal 2015 del Observatorio Municipal de Estadística..

También se producen diferencias por edad en cuanto a que la feminidad madura tiene una acepción negativa respecto de la juvenil. De esta manera las mujeres mayores sufren una doble discriminación de edad y género que explica las desigualdades y la invisibilidad de este colectivo (Pérez , 2003a).

La generación de mujeres que han alcanzado ya la etapa de la vejez, que comienza a partir de la edad de jubilación (a los 65 años), nació antes de 1950. La contextualización histórica de esta cohorte es importante, ya que su trayectoria biográfica ha estado marcada por condiciones materiales, innovaciones tecnológicas y conquistas sociales y políticas, entre otras (Instituto Vasco de la Mujer, 2012). Han vivido situaciones económicas, políticas y sociales difíciles y han contribuido al desarrollo e incremento de bienestar del país (Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, 2011).

Las mujeres mayores españolas presentan características muy diferentes a las de los varones, debido al rol asignado y al papel que han desempeñado a lo largo de su vida. En la mayoría de los casos no han trabajado fuera del hogar y han mantenido un papel subordinado frente al varón. Su socialización está enmarcada en un contexto en el que el rol de género estaba muy marcado y diferenciado, en el que se le asignaba a la mujer la obligación de ocuparse del hogar y de cuidar de la familia. En definitiva, se le atribuía un rol reproductivo y un papel de cuidadora, pero siempre centrada

en el contexto de casa (Instituto Vasco de la Mujer, 2012). Mientras tanto, los hombres tenían asignada la tarea productiva, es decir trabajar, lo que les permitía ser mucho más activos fuera de su entorno familiar y tener una vida mucho más social y activa. Las diferencias no se quedan ahí, ya que las tasas de escolarización han sido siempre mucho más altas en hombres que en mujeres (Pérez, 2003a y 2003b).

Los roles y patrones tradicionales siguen presentes, conforme a las conclusiones que se pueden extraer del Informe de la Encuesta de Mayores (2010). Las mujeres, en su mayoría, continúan dedicándose a las tareas del hogar y los hombres a hacer y salir con amigos. Las mujeres dedican su tiempo libre, en mayor medida, a “nada en especial”, aunque cabe destacar que participan más que los hombres en Asociaciones y en actividades voluntarias. Por otro lado, Del Rincón y Pérez (2005) manifiestan que, a pesar de que la participación en la población femenina ha aumentado en los últimos años, aún queda recorrido para que alcancen el nivel de participación de los hombres de su misma generación. En términos generales, las mujeres participan menos activamente que los hombres.

Las mujeres mayores son las que han vivido la transformación demográfica y el cambio de estructura por edades. Han pasado de vivir en una familia extensa a una nuclear. Son las que han promovido una mejor proyección para sus hijos y les han facilitado medios de los que ellas no pudieron disponer, ya que han vivido durante su juventud en un contexto empobrecido. Ellas son también las que, desde su invisibilidad social contribuyen al soporte familiar y social (Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, 2011).

Presentan una dependencia social muy alta ya que, debido a la diferencia de mortalidad entre hombres y mujeres a edades avanzadas, muchas se encuentran solas en este periodo de vida, debido a que es mucho más probable que ellas enviuden y que ellos acaben sus días junto a su cónyuge. Están acostumbradas a no protestar y a sostener la familia incluso en situaciones precarias.

En muchas ocasiones se ven obligadas a vivir un prolongado periodo de su vida en soledad, a lo que se le suma la falta de recursos por no haber trabajado y el bajo nivel educativo y formativo, todo ello se traduce en un obstáculo para acceder a información o servicios lo que, incluso, está relacionada negativamente con el nivel de salud (Pérez, 2003b). Esto puede derivar en que muchas de estas mujeres se encuentren en situaciones de extrema vulnerabilidad y se encuentran marginadas o aisladas. Por ello, se presenta la necesidad de prestar ayuda y empoderar social y colectivamente a estas mujeres para promover la vida activa a estas edades lo que, a su vez, les permita crear una red social más extensa, mejorar su calidad de vida y autoestima y que, de forma preventiva, evite las situaciones de

marginalidad (Santos, 1996).

El país se encuentra en una situación complicada que no parece que vaya a cambiar a corto plazo. El índice de envejecimiento va aumentando y, con ella, la tasa de feminización, sin embargo, cabe destacar que, aunque según las proyecciones del Instituto Nacional de Estadística (2014) la brecha de género -diferencias entre la esperanza de vida de mujeres y de hombres- va a ir disminuyendo paulatinamente, en la actualidad se sigue manteniendo.

En definitiva, en el caso de las mujeres mayores se produce una doble discriminación por razón de edad y género, lo que se ha de tener en cuenta a la hora de diseñar cualquier planificación o proyecto. Es necesario conocer el lugar que ocupan en una sociedad en la que predomina el patriarcado (Arber y Ginn, 1996) y plantear una actuación que ponga en valor los aspectos positivos de un colectivo marginado e invisibilizado (Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO, 2014), además de fomentar una mayor participación y acceso a oportunidades de igualdad.

2.1.3 Envejecimiento activo como nuevo paradigma: Marco político del envejecimiento activo.

La esperanza de vida de las personas mayores va aumentando a medida que se mejoran la calidad de vida y las condiciones sociales, por lo que el envejecimiento demográfico cada vez es más acentuado y, en consecuencia, se hace más patente la necesidad de promulgar políticas enfocadas al colectivo de las personas mayores. Los pronósticos dicen que en 2050 una de cada tres personas será mayor, por lo que ya no sólo se ha de contar con los jóvenes para la construcción del futuro, sino que es necesario también contar con la generación más numerosa, los mayores (Fundación Encuentro, 2013).

Normalmente, el envejecimiento se percibe como algo negativo ya que, se asocia a un aumento de dependencia y gasto social. Sin embargo, muchas personas mayores, especialmente las mujeres y justo a la edad de jubilación, los 65 años, son personas con expectativas de vida saludable bastante prolongada, es decir, con años de vida libres de discapacidad (véase Figura 1.). Es importante mencionar que, en general, las expectativas de vida libre de salud en Aragón son ligeramente superiores a las medias estatales y que, pese a todo lo mencionado, conforme la edad va avanzando, las mujeres, a pesar de tener una mayor esperanza de vida, tienen peores expectativas de salud.

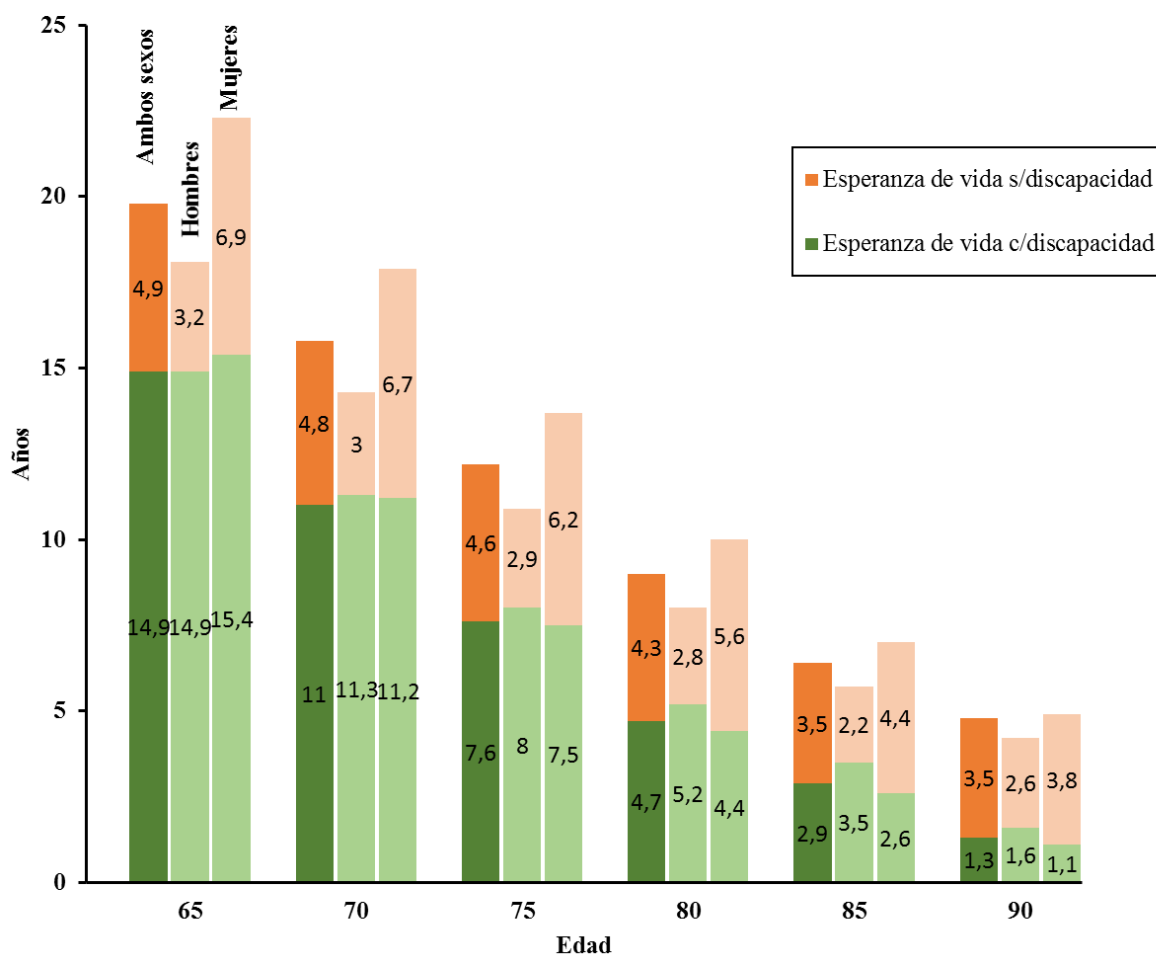


Figura 1. Esperanza de vida libre de discapacidad por edad y sexo en Aragón, 2008.

Fuente: Informe Envejecimiento en red “Esperanza de Vida Libre de Discapacidad en los mayores” (2013). Disponible online en: <http://digital.csic.es/bitstream/10261/101794/1/enred-esperanza-libredisca-01.pdf>

A pesar de todo ello, son un capital social que se debería intentar promover y aprovechar al máximo, no sólo se trata de un reto sino de una oportunidad. Para todo esto, por su puesto es necesario buscar nuevas vías de actuación que permitan incrementar la participación social de nuestros mayores y, paralelamente, que la sociedad comience a ser consciente de su potencial.

No sólo los mayores han de concienciarse sobre la necesidad de envejecer activamente. La participación social y la actividad han de ir ligadas a toda la ciudadanía, a lo largo de todo el ciclo vital, y se ha de intentar hacer ver la necesidad de alcanzar una madurez y una vejez que permita seguir desarrollando y disfrutando de una vida activa (Lassen y Moreira, 2014). Como se ha explicado anteriormente, las diferencias de género en edades avanzadas son amplias, las mujeres tienen más retos y barreras sociales a la hora de afrontar el envejecimiento en general y el envejecimiento activo en particular, por lo que se han de formular estrategias y planificaciones específicas (Causapié, Balbotín,

Porras y Matero, 2011; Foster y Walker, 2013).

El concepto envejecimiento activo tiene su origen en Estados Unidos en la década de los 60 y se basa en la Teoría de la Actividad, según la cual el hecho de permanecer activo es un recurso propio de satisfacción y bienestar (Cavan, 1962; Havign-hurst y Albrecht, 1953; citado en Oddone, 2013). No debe confundirse con términos similares como envejecimiento exitoso, envejecimiento en salud o envejecimiento productivo, ya que se diferencia de todos estos anteriores por tener implícitos fines políticos (Lassen y Moreira, 2014).

El envejecimiento activo se ha constituido como un nuevo paradigma o modelo de actuación que ha de orientar y guiar las políticas sociales. Son muchas las instituciones las que han hecho referencia a este término, por lo que merece la pena detenerse brevemente y analizar las diferencias entre los diferentes modelos.

El modelo más extendido en la actualidad es el propuesto por la Organización Mundial de la Salud (OMS), en concreto en España es el que guía las pautas básicas de actuación junto con la contribución a la segunda Asamblea sobre el envejecimiento de Naciones Unidas (Causapié, et al., 2011) . La OMS define el envejecimiento activo como “el proceso de optimización de oportunidades para la salud, la participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen. Aplicado tanto a personas individuales como a grupos de población” ([WHO] 2002, p.12).

Así pues, la OMS, se basa en aspectos de estilos de vida y no se centra sólo en la actividad física, sino que también hace referencia a los aspectos culturales, espirituales, cívicos, económicos y de participación social. Además, cabe destacar que desde esta visión el envejecimiento tiene lugar en el contexto de la familia, los amigos, el asociacionismo y las comunidades, por lo que hace especial hincapié en la importancia de la solidaridad intergeneracional en el envejecimiento activo (WHO, 2015).

De esta forma, con la aparición del envejecimiento activo se pasa de una política basada en las necesidades a una basada en los derechos ya que “se basa en el reconocimiento de los derechos humanos y de las personas mayores y en los Principios de las Naciones Unidas de independencia, participación, dignidad, asistencia y realización de los propios deseos” (OMS, 2002, p.79)

Los determinantes del envejecimiento activo son seis, concretamente los relacionados con el acceso a la salud y servicios sociales, con los factores personales, con el medio físico, con el medio social, los conductuales y los económicos. Sin embargo, todos estos determinantes están interrelacionados e influidos por cuestiones transversales como son el género y la cultura (Causapié, et

al., 2011).

Por su parte, la Comisión Europea y la OCDE, han hecho uso del término envejecimiento activo como una herramienta de política neoliberal, enmarcado en el ámbito laboral (Lassen y Moreira, 2014). La Comisión Europea define el envejecimiento activo como “la manera de ayudar a las personas a seguir a cargo de sus propias vidas a medida que envejecen y, en la medida de lo posible, a contribuir a la economía y a la sociedad” (European Commission [Online], 2015).

A continuación, en la Tabla 6 se presentan las estrategias de actuación sobre el envejecimiento activo planteadas desde la Comisión Europea y la Comisión Económica para Europa de las Naciones Unidas (2013):

Tabla 6. Estrategias de Envejecimiento Activo en la UNECE (United Nations Economic Commission for Europe)

Envejecimiento Activo	Áreas	Indicadores	
	Empleo	Tasa de empleo 55-59	Tasa de empleo 65-69
		Tasa de empleo 60-64	Tasa de empleo 70-74
	Participación en sociedad	Voluntariado	Cuidado a otros adultos
		Cuidado de niños o nietos	Participación política
	Independencia, Salud y Seguridad	Ejercicio físico	Seguridad financiera
		Acceso al Sistema Sanitario y al cuidado dental	Seguridad física
		Vida independiente	Aprendizaje a lo largo del ciclo vital
	Capacitación y promoción de un ambiente adecuado para el envejecimiento activo	Esperanza de vida a los 55 años	Bienestar mental
		Esperanza de vida en salud a los 55 años	Uso de las TIC
			Redes sociales
			Nivel educativo

Fuente: Traducción de UNECE Statistics Wikis, 2013 disponible online en: www1.unece.org

En este modelo, el envejecimiento activo está determinado por las relaciones entre las tendencias demográficas y los mercados laborales. Propone incrementar la participación laboral y la ampliación de la edad de jubilación para equilibrar los sistemas de pensiones y fomentar, así, la solidaridad intergeneracional (Comisión Europea, 2012; Consejo de la Unión Europea, 2005; Diario Oficial de la Unión Europea, 2011; European Commission, 2011; Walker y Lowenstein, 2009). Así, según Foster y Walker (2012) el envejecimiento activo es una visión política en la cual se facilitan los derechos de las personas mayores para mantenerse sanos -reduciendo los gastos sociales y sanitarios- y mantenerse más tiempo en el empleo -reduciendo la sobrecarga del sistema de pensiones-, a la vez que se participa

de manera activa e integrada en la vida comunitaria.

2.1.4 Envejecimiento activo y relaciones intergeneracionales.

Como se puede observar tanto la Comisión Europea como la Organización Mundial de la Salud hacen alusión al término solidaridad intergeneracional, no obstante dependiendo del concepto de envejecimiento activo por el que se opte las relaciones intergeneracionales ocuparan un lugar u otro, ya que ambos tienen enfoques y fines diferentes.

Por una parte, la Comisión Europea apela a la solidaridad y relaciones intergeneracionales en términos de la sostenibilidad financiera del sistema de pensiones, lo que se concreta en el alargamiento de la etapa laboral.

Por otra, la OMS hace referencia a las relaciones intergeneracionales como un intercambio de relaciones, dar y recibir de manera recíproca entre individuos y entre diferentes generaciones.

En palabras de Alan Walker, profesor especialista en gerontología social y políticas sociales, el envejecimiento activo es intergeneracional:

«Este factor significa tanto equidad entre las generaciones como la oportunidad de desarrollar actividades que abarquen a las distintas generaciones (...) se refiere al futuro de todos y no sólo al de las personas mayores. Todos somos parte interesada en esta tarea porque todo el mundo quiere vivir una vida larga y saludable» (Walker, 2006, p.85; citado en Causapié, et al., 2011, p. 576)

Los programas o proyectos intergeneracionales fomentan tanto la participación en la comunidad como el envejecimiento activo y saludable de todas las generaciones (Butts y Kirnjeev, 2007; citado en Causapié, et al., 2011).

En el contexto Español existe una gran satisfacción con la relación intergeneracional en el ámbito familiar, es decir, la relación abuelos-nietos. Sin embargo, esto cambia cuando se pasa a hablar de relaciones intergeneracionales extra-familiares, ya que son mucho más escasas, tanto en calidad como en cantidad, por lo que aún queda un largo camino por recorrer (Causapié, et al., 2011; Eurostat, 2011; Santamarina y Marinas, 2009).

En el Libro Blanco del Envejecimiento Activo (Causapié, et al, 2011) se afirma que han de concurrir tres características para que se den prácticas intergeneracionales extra-familiares comunitarias:

1. Participan personas procedentes de distintas generaciones, normalmente sin vínculos familiares o genealógicos.
2. No son espontáneas, se llevan a cabo a través de cierta organización y gestión.
3. Supone una relación de intercambio de recursos de diversos tipos entre las personas que participan.

Springate, Atkinson y Martin (2008), tras realizar una amplia revisión bibliográfica, proponen una serie de factores que influyen en las actividades intergeneracionales, los participantes, los lugares y los objetivos.

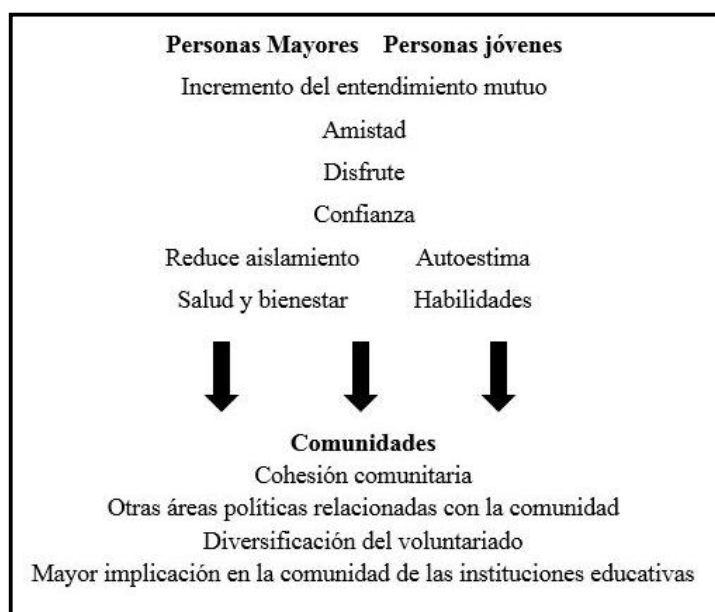


Figura 2. Consecuencias identificadas en prácticas intergeneracionales.

Fuente: Traducción de Intergenerational Practice: a Review of the Literature, 2008, p.14 disponible online en http://www.nfer.ac.uk/publications/LIG01/LIG01_home.cfm

Por su parte, los participantes de actividades intergeneracionales han de pertenecer a diferentes generaciones y, aunque no hay un consenso sobre las edades más adecuadas, lo más común es que sean menores de 25 años o mayores de 50 o 60 años.

Los lugares donde normalmente se asientan las prácticas intergeneracionales son las escuelas o institutos, lugares específicos de la comunidad o en recursos para personas mayores como Centros de Día o Centros de convivencia.

Los objetivos de las prácticas intergeneracionales son aquellos ligados a una mejora en: la salud física y mental, el capital social, la construcción de relaciones y actitudes, la cohesión comunitaria, el aprendizaje y el comportamiento anti-social.

De esta manera, se entiende que las prácticas intergeneracionales son aquellas caracterizadas por la promoción del bienestar social a través de la construcción de relaciones, del cambio de actitudes negativas y del incremento de la cohesión comunitaria. Finalmente, Springate et al. (2008) concluyen, tras todo el análisis y evaluación de la literatura de temas intergeneracionales, que las prácticas intergeneracionales tienen un gran potencial para generar efectos positivos en individuos y comunidades así como de contribuir ampliamente a políticas sociales. Realizan una figura resumen que identifica todos los resultados identificados en prácticas intergeneracionales (véase, Figura 2).

Los beneficios de las prácticas intergeneracionales han puesto de manifiesto la necesidad de que las Administraciones Públicas inviertan más recursos en este tipo de proyectos. De hecho, desde el propio Libro Blanco se insta a desarrollar, programas y proyecto de forma generalizada que pongan en valor el papel de los jóvenes y personas mayores, a través de la sensibilización, del apoyo a iniciativas intergeneracionales y de la profundización empírica (Causapié, et al, 2011; Ramiro, Abellán, Durán, Fernández-Mayoralas, Pérez, Rodríguez, y Rojo-Pérez, 2013).

2.1.5 Mitos, estereotipos y prejuicios sobre el envejecimiento

El grupo de población de personas mayores, que cada vez es más numeroso, se ve sometido a prejuicios, mitos y estereotipos por parte del resto de la sociedad.

Según las definiciones que proporciona la Real Academia Española ([R.A.E], 2015) un estereotipo es “una imagen o idea aceptada comúnmente por un grupo o sociedad con carácter inmutable”; y un prejuicio es una “opinión previa y tenaz, por lo general desfavorable, acerca de algo que se conoce mal”. Así, se puede ver que ambos son falsas concepciones sociales sobre un colectivo, normalmente, de carácter negativo.

A lo largo de la historia de las civilizaciones y sociedades se han producido muchos cambios, tanto de carácter demográfico como de carácter simbólico. En la antigüedad las personas que alcanzaban edades avanzadas eran escasas y, por lo general, se les atribuía un alto estatus social, merecían un gran respeto y eran admiradas por su gran sabiduría y por su amplio conocimiento de experiencias de la vida (Helduak adi, 2012).

Sin embargo, conforme la madurez y la vejez se han constituido como un hecho bastante común, la visión que las personas tienen sobre las personas mayores han ido cambiando y el estatus social atribuido ha ido mermando. La vejez se ha comenzado a relacionar con déficits, pérdidas significativas e irreversibles, con dependencia económica y social y con aislamiento social. Estas concepciones

representan mitos, estereotipos y prejuicios que dificultan el proceso del envejecimiento e impiden una adecuada integración social de los mayores en la sociedad. (Helduak adi, 2012).

Los jóvenes son las personas que ven más alejado el periodo de vida de la vejez y, por lo tanto, los que en general menos la comprenden. Por ello, parece ser que son el colectivo que tiene una imagen más negativa en comparación con el resto de la población (Walker, 1996).

La comparación y equiparación de la etapa de la vejez con conceptos negativos como deterioro físico, sensorial o psicológico, enfermedades abundantes, disminución de habilidades, cambios de carácter, aislamiento, soledad, desvinculación social, improductividad e inutilidad tiene como resultado, para las personas mayores, la dificultad de integrarse con otras generaciones y con la sociedad en general.

A continuación se recogen los mitos y prejuicios relacionados más comunes relacionados con la edad, la motivación social y el carácter y la personalidad (Helduak adi, 2012):

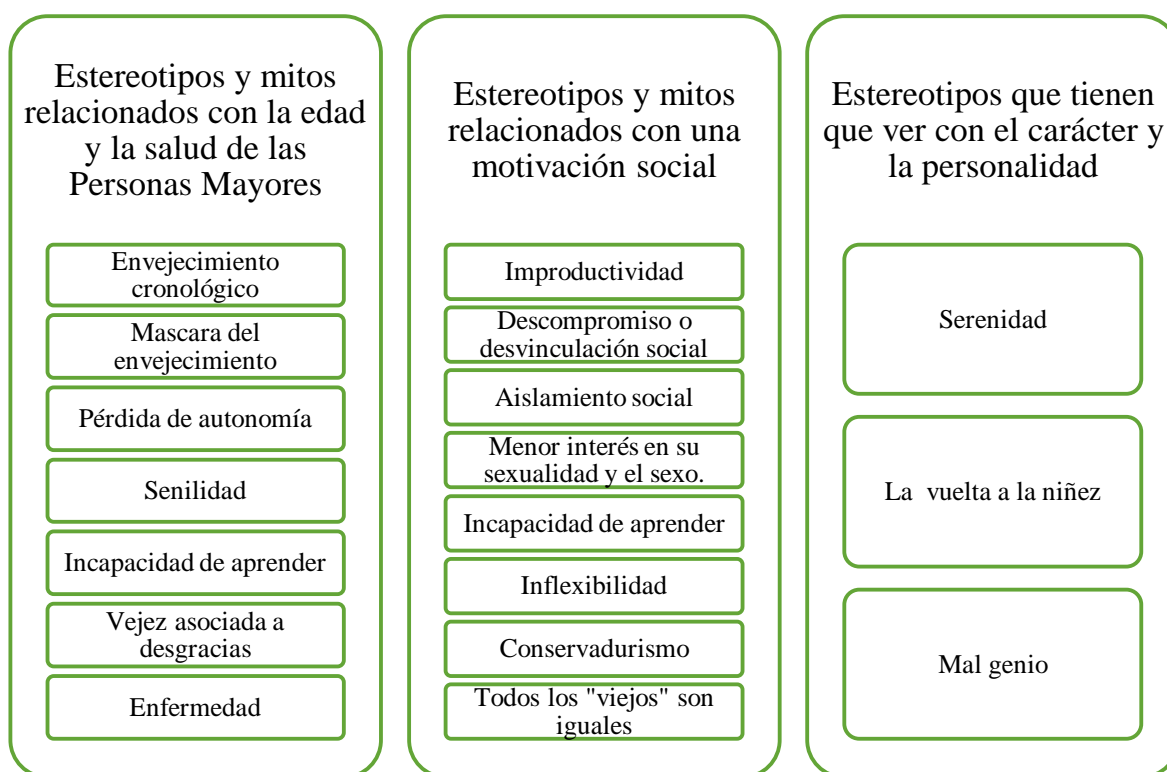


Figura 3. Estereotipos y mitos más comunes relacionados con las personas mayores

Fuente: Elaboración propia a partir de Estereotipos asociados a las personas mayores, 2012 disponible online en <http://www.hartuemanak.org/Modules/Content/News/4/envejecimiento%20activo.pdf>

Así pues, el edadismo que se refiere al “mantenimiento de estereotipos o actitudes prejuiciosas hacia una persona únicamente por el hecho de ser mayor” (Helduak adi, 2012, p. 17), se constituye como la tercera gran forma de discriminación en nuestra sociedad, tras el racismo y el sexismo.

Cabe destacar que, las mujeres, que se han beneficiado de manera más rápida del aumento de la longevidad, pagan en mayor medida el precio simbólico que suponen los prejuicios y estereotipos (Pérez, 2003b). La diferencia de género no sólo queda reflejada en la longevidad sino que también hay estereotipos que afectan directamente a las mujeres como el hecho de que son evaluadas en cuanto a su apariencia juvenil y a su belleza, mientras que en el sexo masculino suelen ser evaluados por su nivel de ocupación y su éxito (Quadagno, 1999).

La reducción del edadismo y de las actitudes (cognitivas, afectivas y conductuales) hacia las personas mayores pasa por un cambio en los sistemas que los perpetúan (instituciones, gobierno, cultura popular, medios de comunicación), así como por la educación y sensibilización del resto de generaciones que conforman la sociedad actual (Helduak adi, 2012). Al fin y al cabo, todo el mundo está destinado a envejecer y la mejor manera de hacerlo es desde el conocimiento real de este proceso.

2.1.6 El trabajo social con comunidades

Actualmente, el paradigma de la globalización es un proceso social complejo e interdependiente a gran y pequeña escala. Las sociedades se caracterizan por estar en transformación continua y por su dinamismo. Así, aparece lo que Bauman (2003) denomina con el concepto de modernidad líquida, en el que analiza y determina los atributos de las sociedades capitalistas. En su obra *Modernidad líquida* señala el individualismo y la pérdida de lazos solidarios como efectos del capitalismo, lo que se refleja en la precarización de los vínculos humanos. De forma que, paradójicamente, mientras el mundo se ve sumergido en un proceso de globalización donde las fronteras cada vez son más porosas y las sociedades están más interconectadas, las relaciones sociales y los vínculos humanos cada vez están más deteriorados.

En este contexto, según la definición de la Federación Internacional de Trabajadores sociales (2014) y de la Asociación Internacional de Escuelas de Trabajo Social (2014), el trabajo social es:

«Una profesión basada en la práctica y una disciplina académica que promueve el cambio y el desarrollo social, la cohesión social, y el fortalecimiento y la liberación de las personas. Los principios de la justicia social, los derechos humanos, la responsabilidad colectiva y el respeto a la diversidad son fundamentales para el trabajo social.» (International Federation of Social Workers [Online], 2014)

De esta manera, queda reflejada el compromiso del Trabajo Social y la necesidad de promover iniciativas de cambio social enfocadas a las necesidades de individuos, familias, grupos, comunidades y sociedades.

Para poder hablar de la intervención con comunidades es necesario entender el concepto. Así pues, se entiende que la comunidad es algo más que la población o el territorio que la conforman y que las claves se centran en las interacciones y relaciones que se generan entre agentes y actores sociales (Eito y Gómez, 2013).

Por su parte, Marchioni (1999) define la intervención comunitaria como un proceso de intervención sobre las necesidades para la mejora de las condiciones de vida de una comunidad. Por otro lado, identifica la implicación y participación de tres protagonistas: (1) la población que asume un papel proactivo y protagonista en el proceso; (2) la administración, principalmente la local (ayuntamientos, comarcas o diputaciones); y (3) los recursos (materiales, técnicos y profesionales) existentes en la comunidad y que puedan contribuir al desarrollo del proceso comunitario.

La participación social es la acción fundamental del trabajo comunitario que tiene como objetivo promover la iniciativa y responsabilidad colectiva en actividades con el fin de solucionar problemas, mejorar la cohesión y el tejido social, promover la cooperación y, en definitiva, mejorar la calidad de vida de las personas que forman la comunidad. De manera transversal se pretende empoderar a cada persona y grupo de la colectividad para que sean conscientes del poder de decisión y control que pueden ejercer, así como de la importancia de la participación en la construcción del presente y del futuro. Por todo ello, es importante comprender que la participación social no puede limitarse a la minoría activa de la comunidad, sino que ha de ser un proceso creciente de implicación de la mayoría posible de personas. Así pues, la participación no es un punto de partida sino de llegada que ha de ir construyéndose en el camino (Marchioni, 1999).

El trabajo comunitario, olvida el cortoplacismo y se centra en objetivos a largo plazo. Se enfoca a la movilización de recursos y coordinación de esfuerzos, en el desarrollo de habilidades de las personas con el fin de atender las necesidades diagnosticadas y mejorar las condiciones y calidad de vida de la población, teniendo en cuenta siempre que ésta es la protagonista principal y que debe participar en el proceso (Chacón, 2010).

Ezequiel Ander-Egg, (1980) establece que el desarrollo de la comunidad se deriva de dos corrientes principales, el desarrollo económico y el fin de incrementar el nivel de vida y por otro lado, la organización de la comunidad que se caracteriza por la necesidad de ordenación social y de

educación permanente de la población. Los objetivos que persigue esta corriente son la modificación de actitudes y prácticas que actúan como freno al desarrollo social y la mejora de condiciones económicas, culturales y sociales a través del trabajo desde la base en el que se identifiquen intereses comunes, a través de la participación de la comunidad.

Así pues, el trabajo social comunitario se convierte en una forma de intervención y acción social multidimensional en el que participa la comunidad (de forma autónoma o incitada por un agente externo). Se diferencia frente a otros ámbitos de trabajo social por jugar con valores como la solidaridad, la participación, los lazos vecinales y permitir que la comunidad tome conciencia de sus necesidades y sus posibilidades de cambio. Además, de esta forma se influye a todos los niveles, comunitario, grupal e individual a través de los proyectos y programas de intervención.

2.2 Diagnóstico de la realidad

Después de llevar a cabo la exploración bibliográfica y haber analizado las respuestas de las cuatro entrevistas semiestructuradas realizadas a profesionales de recursos para personas mayores y a la Comisión de la AA.VV de San José, así como las de los dos grupos focales realizados a dos generaciones diferentes, (véase Anexo III. Análisis de entrevistas y grupos focales), se han detectado una serie de necesidades que se señalan más adelante.

El diagnóstico social es una de las fases iniciales de la intervención social, se realiza por la necesidad de conocer la realidad social en la que se va a intervenir con el fin de actuar con eficacia y pertinencia. Es un proceso sistemático que implica conocer, comprender y analizar los problemas sociales y necesidades de un contexto determinado, sus causas y evolución a lo largo del tiempo. No basta con “fotografiar” la realidad en un momento determinado, sino que se ha de tener en cuenta la evolución del fenómeno estudiado con el propósito de poder realizar una proyección de lo que podría ocurrir en un futuro, en el caso de no intervenir sobre la problemática (Ander-Egg y Aguilar, 1995).

De esta manera, conociendo las tendencias previsibles se pueden priorizar las necesidades y las estrategias de intervención que guíaran la acción posterior. En definitiva, es una de las bases sobre las que se fundamenta el proyecto de intervención social posterior.

El Distrito 5 o Barrio San José de Zaragoza es una de las zonas más envejecidas de la ciudad. Según datos del Padrón Municipal de 2014, la población total del barrio es de 67.593 personas, teniendo en cuenta que la población mayor de 64 años del Distrito 5, está compuesta por 16.710 personas, siendo 6.785 hombres y 9.925 mujeres, el índice de envejecimiento es del 24,72%. Pese a que

la tendencia poblacional, en términos absolutos, es la de disminuir, el incremento de la esperanza de vida y de la longevidad no hacen más que proyectar un aumento de la población mayor y anciana en los próximos años, hablando siempre en términos relativos.

La historia del barrio se remonta a principios del siglo pasado, sin embargo fue en la década de los 60 y los 70 cuando tuvo lugar el mayor crecimiento. La población inmigrante procedente de zonas rurales comenzó a asentarse en San José que, finalmente, acabó consolidándose como barrio obrero tras la proliferación de zonas industriales.

En 1973 la población del barrio comenzó a organizarse y fundaron la Asociación de Vecinos, llamada por aquel entonces Asociaciones de Cabezas de Familia, con el fin de reivindicar mejoras en las condiciones de vida y en el barrio. San José se ha caracterizado siempre por ser un barrio muy participativo y, a través de las protestas y la presión popular, han conseguido asfaltar calles, tapiar acequias y reivindicar multitud de servicios.

Actualmente, el panorama social y participativo de San José es diferente. Las conquistas sociales se han ido diluyendo y olvidando mientras que, paralelamente, la participación ha ido mermando. Las nuevas generaciones se han encontrado todas las comodidades necesarias en el barrio sin tener que luchar por ellas, por lo que no conocen la importancia del espíritu participativo. Por todo esto, la participación continúa recayendo en aquellos que siempre han estado presentes en las reivindicaciones del barrio.

Así pues, la comunidad del barrio San José va perdiendo calidad en su tejido social ya que las nuevas generaciones no toman el relevo de los vacíos que dejan los más mayores conforme van abandonando la vida participativa.

Por un lado, los jóvenes adolescentes viven en la sociedad de la inmediatez, del individualismo y de la tecnología, la cual ha tenido una gran influencia en sus vidas. La tecnología influye en su estilo de vida y forma de pensar. Son muy activos en redes sociales del mundo virtual pero poco participativos en la comunidad y en el mundo real.

Por su parte, la mayoría de las personas mayores ha tenido una dura infancia y han vivido la transición a la Democracia como un cambio drástico en su libertad que les ha permitido cambiar y mejorar sus condiciones de vida a través de la lucha y de la participación social. Los mayores del barrio, en especial las mujeres, debido a que tienen una mayor esperanza de vida, son una de las primeras generaciones que alcanza la edad de jubilación en buen estado de salud lo que les permite aún mantenerse activos. Se encuentran en una situación relativamente nueva por lo que, su planteamiento

futuro de vida cambia y la actividad se convierte en una parte clave de sus vidas.

Es importante mencionar que, aunque la teoría consultada refleja que las mujeres mayores, a pesar de ser una población más numerosa que la de los hombres, participan de manera menos activa en la sociedad en general y las actividades en particular, las entrevistas y grupos de discusión realizados han puesto de manifiesto que, actualmente, al menos en el barrio de San José, las mujeres participan en mayor medida, en términos absolutos, que los hombres en actividades y en la sociedad. Cabe destacar que, las personas mayores que participan actualmente en la comunidad han tenido una vida muy activa, tanto en términos sociales como participativos. Así, se puede interpretar que cómo eres y actúas cuando eres joven se reflejará en cómo serás de mayor.

En cuanto a las relaciones, mientras que dentro de la esfera familiar parecen existir vínculos de unión entre los jóvenes (adolescentes) y los mayores, fuera de este ámbito las relaciones entre estas dos generaciones son prácticamente inexistentes. No se ven como a iguales entre ellos debido a la existencia de pensamientos preconcebidos y, en ocasiones, infundados. El desconocimiento mutuo entre estas dos generaciones no hace más que agravar el abismo existente e imposibilita la creación de redes sociales que permitan reafirmar la comunidad vecinal del barrio.

Ambas generaciones tienen mucho que ofrecer y mucho que aprender y, en términos de intercambio relacional, sería interesante ver la influencia positiva que puede tener la conexión generacional.

Zaragoza forma parte de la Red de Ciudades Amigables con las Personas Mayores de la Organización Mundial de la Salud [OMS] desde 2011 y, entre sus propuestas de mejora para la ciudad, se encuentran la de promocionar una imagen positiva de los mayores y poner en valor la aportación social de las personas mayores, incrementar la participación y las actividades más populares entre los mayores y la de promocionar más actividades intergeneracionales (Bunbury y Viñuales, 2011).

La construcción desde lo local puede ser respuesta adecuada a la crisis global, pero para ello es necesario contar con la unidad colectiva y motivar a la participación. El contexto de crisis que está afectando al barrio puede ser un buen punto de partida para mejorar la cohesión social y promover la participación social y comunitaria en todas las generaciones, especialmente entre los adolescentes y las personas mayores. El envejecimiento activo tiene carácter preventivo y puede ser la herramienta adecuada para promover la actividad a lo largo de todo el ciclo vital, ya que según el enfoque teórico de este modelo, el envejecimiento activo ideal empieza en la niñez y continúa a lo largo de todas las demás etapas de la vida. Cabe destacar que, la implantación de estrategias encaminadas al

envejecimiento activo requiere fomentar el compromiso personal, la solidaridad intergeneracional y la construcción de entornos favorables para el encuentro.

En este caso, uno de los pilares del diseño del proyecto tiene base en el concepto de Ciudad Educadora, que Ander-Egg propuso para la UNESCO y que plantea que la educación no ha de darse sólo en la escuela sino que ha de estar presente en la ciudad, o como en este caso en el barrio o en la comunidad. Ha de ser una educación presente a lo largo de todo el ciclo vital y debe basarse en la diversidad de forma que evite exclusión por razones de edad, género, cultura, raza, discapacidad u otras formas de discriminación. Con ello, se pretende incrementar la calidad de vida de los ciudadanos, mejorar la convivencia y promover la participación y la igualdad de oportunidades (Ander-Egg, 2009).

De esta forma, ha de quedar claro que la concepción del envejecimiento activo intergeneracional presente en el diseño de este proyecto comunitario se enfoca, no sólo al bienestar de las personas mayores y a la mejora la red vecinal del barrio y el tejido social sino que, de manera preventiva, educa y prepara a las generaciones más jóvenes para que sean activos durante todo el ciclo vital, incluso cuando alcancen la edad de jubilación.

2.3 Necesidades diagnosticadas

A continuación, se exponen las principales necesidades diagnosticadas en el presente estudio, que van a formar la base sobre la que se va a fundamentar el diseño del proyecto.

- Necesidad de fomentar el envejecimiento activo en todas las generaciones debido al aumento constante de la población mayor y anciana del barrio San José ,como resultado del incremento de esperanza de vida y longevidad, especialmente en las mujeres.
- Las redes vecinales y el tejido social del barrio se van debilitando debido a que las personas mayores, que son las que han vivido toda la vida allí y han ido manteniendo vivas las relaciones vecinales van dejando paso a nuevas generaciones. Éstas, normalmente, son personas de origen extranjero o personas jóvenes que se independizan y encuentran un alquiler barato y, a pesar de vivir en el barrio, acaban haciendo vida en otras zonas de la ciudad. Esta heterogeneidad de caracteres da como resultado el debilitamiento de las relaciones sociales de la comunidad.
- Falta de concienciación de la necesidad de involucrarse y participar activamente en la comunidad, especialmente en los jóvenes, debido al predominio del individualismo y a la escasez de compromiso personal y social que existe para con la comunidad.
- Escasez de relaciones e intercambio generacional fuera del entorno familiar debido a las

diferencias subjetivas y preconcebidas por ambos grupos generacionales.

- Falta de espacios de encuentro intergeneracionales en los que se pueda realizar un intercambio personal y relacional, que permita alcanzar un conocimiento más cercano a la realidad de las personas pertenecientes a otra generación y acabar con los prejuicios y mitos existentes en ambos grupos de población.

Capítulo 3. Diseño del proyecto de intervención

Una bella ancianidad es, ordinariamente la recompensa de una bella vida.

Pitágoras

3.1 Introducción

El proyecto Envejeciendo activamente en la comunidad es un proyecto de envejecimiento activo intergeneracional, enmarcado dentro del nivel de intervención comunitaria del trabajo social, que surge como respuesta a las necesidades sociales diagnosticadas a través de la investigación y el análisis previo de las entrevistas y grupos focales.

Se encuentran dos problemáticas principales, el reto de abordar el envejecimiento poblacional en San José, que es aún mayor que en el Municipio de Zaragoza y que en la Comunidad Autónoma de Aragón; y el debilitamiento de las redes vecinales y sociales.

Por un lado, partiendo de la fragmentación del tejido social del Barrio de San José, se constata que el individualismo está en boga en remisión del comunitarismo. Además, los jóvenes-adolescentes de la zona se encuentran sumergidos en un mundo de tecnologías que, en muchas ocasiones, les priva de participar en el mundo real.

Por otro, la carencia de relaciones intergeneracionales está derivada del desconocimiento mutuo, de la incomprensión de las diferencias generacionales, lo que no quiere decir que no haya puntos en común, pero hay que buscarlos y encontrarlos.

Ante estos problemas, se plantea una guía de actuación en el proyecto de intervención social que pretende paliar las necesidades detectadas.

Se pretende fomentar el envejecimiento activo en todo el ciclo vital con el propósito de concienciar sobre la importancia de involucrarse y participar activamente en la comunidad. Además, se intenta fortalecer el tejido social y las redes vecinales del barrio, a la vez que se rompen barreras y prejuicios y se potencian las relaciones e intercambio generacional fuera del entorno familiar, a través de la creación de espacios intergeneracionales.

Así, el proyecto está orientado a la creación de redes sociales y de apoyo de carácter comunitario, así como a la promoción del envejecimiento activo como un proceso transversal de la vida, a través del fomento de relaciones intergeneracionales entre mujeres mayores del barrio y jóvenes adolescentes del I.E.S Pablo Gargallo.

3.2 Marco institucional, ámbito territorial de actuación y delimitación temporal

La Asociación de Vecinos del Barrio San José (AA.VV) es una asociación sin ánimo de lucro en la que los vecinos, de forma organizada, pueden participar en la vida pública con el fin de mejorar las condiciones de vida de la comunidad, fomentar la promoción social de los colectivos más desfavorecidos y promover valores cívicos como la participación ciudadana, la convivencia y el interés por lo común.

La ubicación física de la sede y las instalaciones de la AA.VV se encuentran en la C/ Ventura Rodríguez nº 12, local de titularidad municipal, cuyo uso tienen cedido. Existe una amplia oferta de actividades, cursos y talleres abiertos a todos los ciudadanos de Zaragoza, así como asesoría jurídica gratuita para los socios. En las instalaciones se realizan las actividades y los servicios que se ofrecen desde la AA.VV así como otras de interés para los vecinos del barrio como reuniones de comunidades de vecinos, de sindicatos, etc.

La estructura orgánica de la AA.VV cuenta con dos órganos de participación, la asamblea de socios y la junta directiva, las cuales son renovadas cada cuatro años. Además, cuentan con comisiones de trabajo abiertas de urbanismo, movilidad, educación, sanidad, comercio y comunicación.

Actualmente, algunas de las preocupaciones de la AA.VV son:

- Los retos del envejecimiento poblacional.
- Promover el avance en la participación institucional.
- Buscar nuevas formas de socialización.
- La superación de barreras intergeneracionales.
- La creación de espacios auto-gestionados.

Cabe destacar, la presencia que tiene la AA.VV en la rehabilitación y promoción del espacio de la antigua Harinera como centro cultural auto-gestionado por las entidades del barrio de San José y Zaragoza Cultural. Este espacio acogerá actividades y proyectos creativos e interdisciplinarios con carácter abierto y experimental.

3.2.1 Ámbito territorial y delimitación temporal del proyecto

El proyecto encuentra su ubicación territorial en el Distrito 5 o Barrio de San José del Municipio de Zaragoza, que limita con los distritos Las Fuentes, Torreo- La Paz, Universidad y Centro.

En cuanto a la delimitación temporal prevista para la implantación del proyecto es de, aproximadamente año y medio. En concreto tiene su inicio el uno de septiembre de 2015 y su finalización el tres de febrero de 2017.

3.3 Beneficiarios del proyecto

Se trata de un proyecto comunitario piloto por lo que, antes de dirigirse a toda la comunidad, se centrara en dos grupos de población diana.

Beneficiarios directos

La primera población diana son las mujeres mayores de 65 años del barrio San José que participan en las actividades de la AA.VV, del Hogar del Jubilado de San José o del Centro de Convivencia para Personas Mayores de San José. Se ha seleccionado a este grupo de población debido a que, tras una indagación previa, se ha concluido que están más dispuestas a participar en actividades y en la comunidad que los hombres de su misma generación.

La segunda población diana son los jóvenes-adolescentes, debido a que se ha detectado una carencia de relaciones intergeneracionales fuera del ámbito familiar entre ellos y las personas mayores. Se comenzará trabajando con los alumnos de 1º de Bachiller del I.E.S Pablo Gargallo, ya que la manera más sencilla de poder acceder a este grupo de población es a través de los centros educativos.

Beneficiarios indirectos

Al tratarse de un proyecto comunitario se pretende que, a largo plazo, haya beneficiarios indirectos en toda la comunidad del Barrio San José, empezando por familiares y amigos de los participantes.

3.4 Objetivos generales y/o específicos del proyecto

3.4.1 Árbol de problemas

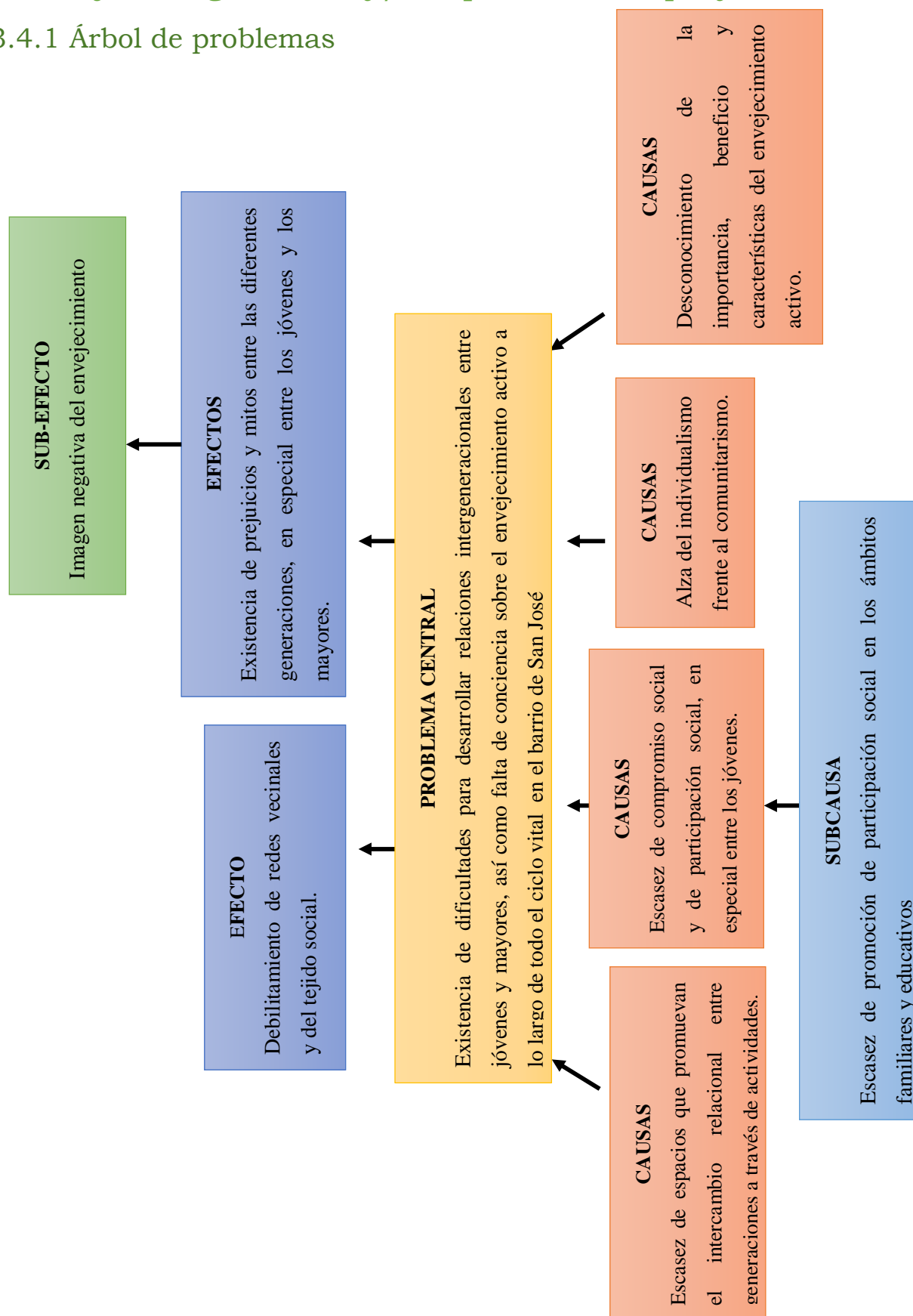


Figura 4. Árbol de objetivos

3.4.2 Árbol de objetivos

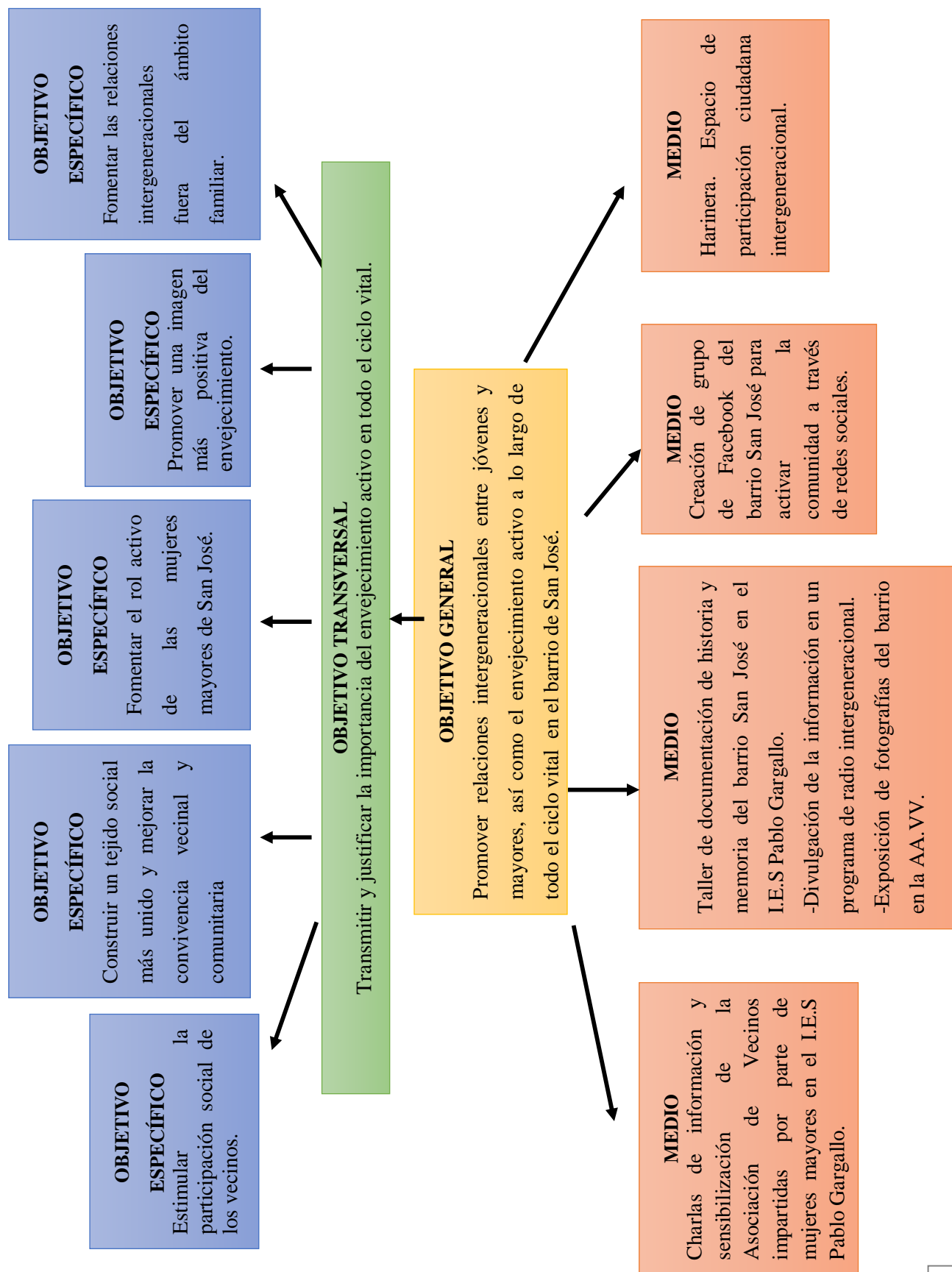


Figura 5. Árbol de objetivos

3.5 Actuaciones y actividades a desarrollar

Envejeciendo activamente en la comunidad es un proyecto comunitario que parte del análisis de la realidad social del barrio. Tal y cómo se ha observado y se ha indicado en los problemas detectados y las causas, el barrio sufre un debilitamiento de la red social y vecinal, por ello es necesario que la propuesta de actividades tenga una coherencia en el tiempo y lugar, con el fin de ir creando paulatinamente un nuevo tejido social intergeneracional. Así, a continuación se explicaran las actividades de manera correlativa, tal y como se indica en la Figura 6.



Figura 6. Actividades del proyecto

I. Actividad “Asociación de Vecinos ¿Qué es y para qué sirve?”

Lugar dónde se realizará: Aulas de 1º de Bachiller del I.E.S Pablo Gargallo

Duración: 1 hora cada charla.

Temporalización: 14 de Septiembre de 2015 -25 de Septiembre de 2015.

Contextualización:

Esta actividad es la primera del proyecto de intervención y está pensada para transmitir el

importante papel que cumple la Asociación de Vecinos de San José y los valores que la representan.

La localización de estas actividades son las aulas de 1º de Bachiller del I.E.S Pablo Gargallo. Se ha decidido hacer una charla en el ambiente de cada aula para que el grupo de personas sea más reducido y el ambiente sea más distendido. Además, se ha indicado que se va a realizar las charlas en las aulas de manera que sea obligatorio asistir y no opcional para, así, poder llegar a más jóvenes que quizás no habrían ido por su propia cuenta debido al desconocimiento y desinterés.

Desarrollo:

Las protagonistas de la actividad, es decir las personas encargadas de dar las charlas, serán mujeres mayores de 65 años que participan en la Asociación de Vecinos. De esta manera, con esta actividad se pretende:

- Explicar qué es una Asociación de Vecinos y para qué sirve.
- Transmitir la importante labor de reivindicación que realiza la Asociación de Vecinos.
- Poner en valor la participación de mujeres mayores en la sociedad.

Procedimiento:

1. Contactar con el director del I.E.S Pablo Gargallo, con la coordinadora del P.I.E.E y la Orientadora a través de teléfono y quedar un día personalmente para exponerles la idea. Esto se realizará en dos momentos: a finales de este curso (2014/2015) y se realizará un recordatorio a principios del curso siguiente (2015/2016) en septiembre.

2. Seleccionar a las mujeres que llevarán a cabo las charlas (lo hará el Presidente de la AA.VV de San José).

3. Preparar del contenido de las charlas ¿Qué se va a decir? y ¿Cómo se va a decir? Se pretende que la actividad sea plenamente participativa por lo que el contenido de la charla y de los cuestionarios, que se realizaran antes y después de la actividad, será seleccionado y elaborado de manera consensuada con las protagonistas de la actividad.

4. Desarrollo final de las charlas.

II. Actividad “Conoce tu barrio”

Lugar dónde se realizará: I.E.S Pablo Gargallo, Centro de Convivencia para mayores de San José, Hogar del jubilado de San José y AA.VV de San José.

Temporalización: 5 de Octubre 2015- 29 de Abril 2016

Contextualización:

La mayoría de los jóvenes del barrio San José desconocen la historia de la comunidad en la que viven. Han crecido en un barrio dónde han podido disfrutar de todas las conquistas sociales que sus padres y abuelos realizaron en su momento.

Es importante, a la hora de promover el espíritu participativo, que conozcan el esfuerzo de las personas que han luchado por conseguir mejoras urbanísticas y de servicios del barrio.

¿Qué mejor manera de conocerlo que a través de los propios protagonistas de la historia?

Esta actividad se dividirá en dos fases y en tres tareas:

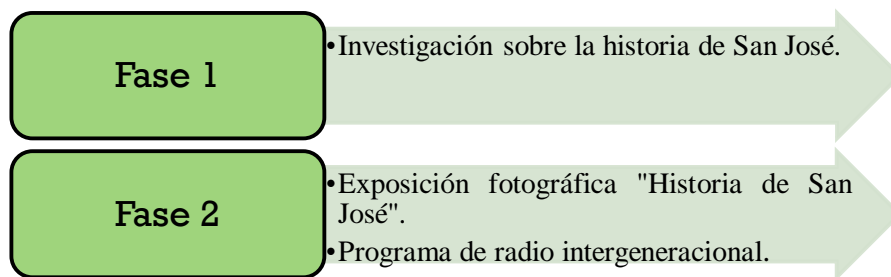


Figura 7. Fases de la Actividad "Conoce tu barrio"

Con esta actividad se pretende:

- Promover la curiosidad de los alumnos sobre la historia del Barrio.
- Fomentar relaciones intergeneracionales fuera del ámbito familiar.
- Eliminar prejuicios sobre las personas mayores.
- Poner en valor la importancia de la actividad y participación ciudadana.

Desarrollo:

Fase 1

La primera parte consistirá en una investigación histórica del barrio realizada en grupos de cinco alumnos. Con ello, se pretende que los alumnos documenten la historia del barrio San José a través de recopilación de fotos antiguas del barrio y de la realización de entrevistas a personas mayores del

Centro de Convivencia para personas Mayores de San José, Hogar de Jubilado de San José y AA.VV de San José. Los temas centrales de la investigación serán: ¿Cómo se constituyó San José como barrio?; ¿Cuáles eran las características de su población?; ¿Qué servicios tenían?; ¿Cuáles son los servicios que hay actualmente?; ¿Cómo se han conseguido? En definitiva, que exploren e investiguen la evolución del barrio y de la población. Además de los temas centrales, los alumnos podrán proponer otros aspectos que les interesen conocer.

La duración de esta fase será de tres meses (octubre-diciembre) de forma que tengan tiempo de recopilar la información suficiente sobre la historia del barrio y de organizarla para realizar un pequeño trabajo bajo la supervisión de su profesor de historia.

Fase 2

Una vez se ha recopilado toda la información se procederá a difundirla por dos canales, una exposición fotográfica y la radio.

Se realizará una exposición fotográfica con fotos antiguas y nuevas del barrio, que tendrá una duración de un mes (febrero), en una de las salas de la AA.VV de San José. Después, irá rotando en los meses consecutivos por el I.E.S Pablo Gargallo, el Centro de Convivencia para Mayores y el Hogar del Jubilado. Las fotos antiguas las proporcionaran las personas que hayan sido entrevistadas y las nuevas las realizaran los jóvenes con las cámaras fotográficas que se les proporcionará.

El diseño y la disposición de las fotos, así como el cartel para difundir el evento serán acordados por los jóvenes y las mujeres mayores que participan en la AA.VV.

Paralelamente, el programa de radio intergeneracional tendrá la principal función de difundir los conocimientos acumulados sobre el barrio por parte de los alumnos de 1º de bachiller del I.E.S Pablo Gargallo junto con las mujeres mayores que han ido entrevistando a lo largo de toda la investigación. Para esta parte de la actividad, ambas partes generacionales, tanto personas mayores como jóvenes-adolescentes, tendrán que dar su consentimiento voluntario para participar, especialmente para los alumnos, ya que se realizará fuera del horario escolar.

Tendrá una programación semanal y el programa se emitirá en directo durante el espacio reservado, los miércoles de 17:00 a 19:00, en la radio local del barrio, Radio la Granja. Cada programa estará presentado por un alumno y una mujer mayor y su duración será, en principio, de trece semanas (febrero-abril) en las que podrán participar todos los alumnos y mujeres mayores que quieran hasta completar el cupo. En la primera hora de emisión las mujeres mayores tendrán un espacio en el que

podrán dar consejos honestos, desde su experiencia vital y sabiduría, a los jóvenes de hoy en día y el que los jóvenes podrán responder a sus consejos. En la segunda hora de emisión se pasará a explicar la historia de San José que los alumnos han ido documentando, de manera estructurada. Se acordarán los contenidos y el orden en consenso con los participantes.

Procedimiento:

Fase 1

1. Contactar con el jefe de departamento de historia y con los profesores de historia de 1º de Bachiller. Se pretende que, con su ayuda, se promueva una actividad a lo largo del curso en la que los alumnos puedan involucrarse.
2. Contactar con el director del Centro de Convivencia para Personas Mayores de San José y solicitar permiso para que se lleve a cabo la actividad.
3. Contactar con la trabajadora social del Hogar del Jubilado de San José y solicitar permiso para que se lleve a cabo la actividad.
4. Coordinar los recursos que participan en esta actividad de manera semanal, a través de reuniones personales.

Fase 2

Exposición fotográfica

1. Contactar con los profesores de historia y con los recursos para mayores con el fin de recopilar las fotografías nuevas y antiguas de San José.
2. Reunir a los alumnos y mujeres mayores que van a participar para explicarles y dirigir el diseño de la exposición fotográfica.
3. Solicitar a los alumnos y mujeres mayores que realicen el diseño de un cartel para la exposición de manera colaborativa (ideas y diseño en el ordenador).

Programa de radio intergeneracional

1. Contactar con Radio la Granja para solicitar un espacio para el programa intergeneracional.
2. Reunir a las personas voluntarias que van a participar para llevar a cabo una sesión formativa y enseñarles la radio.
3. Supervisar el guion de cada programa semanal.

III. Actividad “San José en la red”

Lugar dónde se realizará: Centro de Convivencia para personas Mayores de San José

Temporalización: 1-29 de Abril 2016

Contextualización:

Una vez finalizadas las dos actividades anteriores, las relaciones intergeneracionales habrán provocado efectos en las dos generaciones, acabando con gran parte de los prejuicios existentes. A su vez, se pretende que se hayan iniciado nexos de unión social que puedan mejorar el tejido social de la comunidad.

Una de las peticiones más demandadas por las personas mayores es aprender a manejar ordenadores. Así, se pretende con esta actividad que los más jóvenes enseñen a los más mayores a usar redes sociales y que vean la magnitud y el poder que tienen hoy en día en la población.

Con esta actividad se pretende:

- Fomentar las relaciones intergeneracionales.
- Promover el envejecimiento activo.
- Conseguir que las mujeres mayores se familiaricen con las redes sociales y puedan participar en la vida comunitaria de Internet.
- Involucrar a más personas del distrito de San José para que participen en el proyecto.

Desarrollo:

Durante el mes de abril cuatro alumnos voluntarios, de 1º de Bachiller del I.E.S Pablo Gargallo, se desplazarán al Centro de Convivencia los lunes y jueves de 18:00 a 19:00 con el fin de enseñar a las mujeres mayores que se hayan apuntado a manejar las redes sociales.

- La primera semana se dedicará a la familiarización de las mujeres con Facebook.
- La segunda semana estará enfocada a subir imágenes y compartir publicaciones en Facebook.
- La tercera semana se les enseñará a crear una página en Facebook y a gestionarla.
- La cuarta semana se creará, y compartirá con todos los contactos de los jóvenes y mayores, la página “San José en la Red” en la que podrán comenzar a compartir contenido.

Procedimiento:

- Contacto con el director del Centro de Convivencia para Personas Mayores de San José para solicitar una sala de ordenadores en la que los jóvenes puedan enseñar a las mujeres mayores a utilizar las redes sociales.

- Seleccionar a los alumnos voluntarios que se encargaran de enseñar a utilizar el ordenador a las mujeres mayores que quieran participar, así como de publicar contenido en la página de Facebook.
- Involucrar a la AA.VV en la creación de esta página dónde podrán publicar contenido de interés para toda la comunidad y difundir eventos.
- Supervisar la creación de la página de Facebook “San José en la Red” así como todo el contenido que se publique en ella.

I.V. Harinera. Creación de un espacio intergeneracional.

Lugar dónde se realizará: Antigua Harinera de San José

Fecha de inicio: 02 de Mayo- 31 diciembre de 2016

Contextualización:

Con las actividades anteriores se ha pretendido que los jóvenes interioricen la importancia de la comunidad y del espíritu participativo a través de la interacción con las mujeres mayores del barrio. Además, se ha intentado, de manera transversal, que los jóvenes asuman la necesidad de ser activos, o dicho de otra manera se ha promovido el envejecimiento activo a lo largo de todo el ciclo vital como actuación preventiva a la inactividad en la madurez y vejez.

Este es el mejor momento para introducir la Harinera, ya que se trata de un espacio relacional y comunitario auto-gestionado en el barrio de San José.

Esta es la actividad más participativa de todas, puesto que se desarrolla en un espacio auto-gestionado, la Harinera. Una vez que se han creado y establecido las relaciones intergeneracionales extra-familiares, antes inexistentes, se pretende empoderar a ambas generaciones para que, de manera autónoma, sigan el camino que comenzó siendo dirigido y supervisado. Han sido testigos de que el intercambio relacional entre generaciones tan diferentes es posible y que pueden aprender unos de otros.

De esta manera, se pretende crear un espacio intergeneracional en el que no haya ningún tipo de discriminación, incluido el de la edadismo. Al principio, este proceso será acompañado por la profesional de Trabajo Social que tratará de empoderar a ambas generaciones así como de promover la autonomía y la proactividad en un espacio participativo, para después, acabar dejando que sean ellos mismos los que lleven las riendas.

Con esta actividad se pretende:

- Crear un espacio intergeneracional libre de discriminación

- Promover el intercambio relacional e intergeneracional a través de actividades elegidas por ellos mismos.
- Difundir las actividades realizadas en el espacio de la Harinera a través de la página de Facebook “San José en la Red”, de manera que más personas puedan involucrarse.
- Empoderar a ambas generaciones para que sean ellos mismos quienes gestionen el espacio.

Desarrollo:

Para comenzar, se tratará de involucrar a todas las personas que han participado en las actividades anteriores y, por supuesto, a todas aquellas que quieran unirse. Una vez hecho esto, se reunirá a los jóvenes y mujeres mayores en una sala de la AA.VV de San José donde se les explicará cuál es el concepto de la Harinera y cómo se espera que se desarrolle.

Se realizará una lluvia de ideas de actividades en las que les gustaría participar a ambas generaciones y se seleccionarán aquellas que sean más factibles en función de la duración y de los recursos que requieran.

La trabajadora social llevará a cabo una planificación de las actividades propuestas, teniendo en cuenta la localización donde se vaya a realizar, la duración y los recursos. Explicará a los jóvenes y a las mujeres mayores cómo lo ha hecho de forma que ellos puedan hacerlo en un futuro. Además, se encargará de supervisar las actividades hasta diciembre de 2016, cuando se espera que las personas que participan en este espacio lo hagan ya de manera autónoma.

Procedimiento:

- Contactar con la AA.VV de San José y con el Colectivo H.
- Captar e involucrar al máximo de personas de ambas generaciones en el espacio intergeneracional de la Harinera, comenzando por los alumnos y mujeres mayores que han participado en las actividades previas y siguiendo por personas que participen en la página de Facebook.
- Dinamizar el espacio intergeneracional con actividades propuestas por los jóvenes y mayores.
- Promover el empoderamiento y la autonomía de ambas generaciones.

3.6 Metodología

La metodología que va a guiar la intervención va a ser la del trabajo social comunitario a través del modelo de intervención de organización comunitaria. Este modelo es el que se dirige a países desarrollados y permite trabajar para conseguir una utilización más eficiente de los recursos de la comunidad con la finalidad de atender a las demandas colectivas, trabajando así en el terreno preventivo (Marchioni, 1999).

Según el pensamiento de Marchioni (1999), a participar se aprende y es el Trabajo Comunitario el que crea ocasiones en las cuales, las personas de la comunidad, pueden comprender que el cambio es posible y, que este cambio puede ser resultado de su acción unida a la de los demás participantes.

Cabe mencionar que, se trabajara con grupos de mujeres mayores y de jóvenes de la comunidad de San José, ya que, en el trabajo comunitario, el grupo es el sujeto protagonista y autónomo, tanto en lo referente a la actuación dentro del propio grupo como de las relaciones que éste establece con el resto de la comunidad.

Para llevar a cabo el proyecto se ha diseñado una secuencia temporal de las tareas y actividades a realizar en las diferentes fases del proyecto (véase Figura 8).

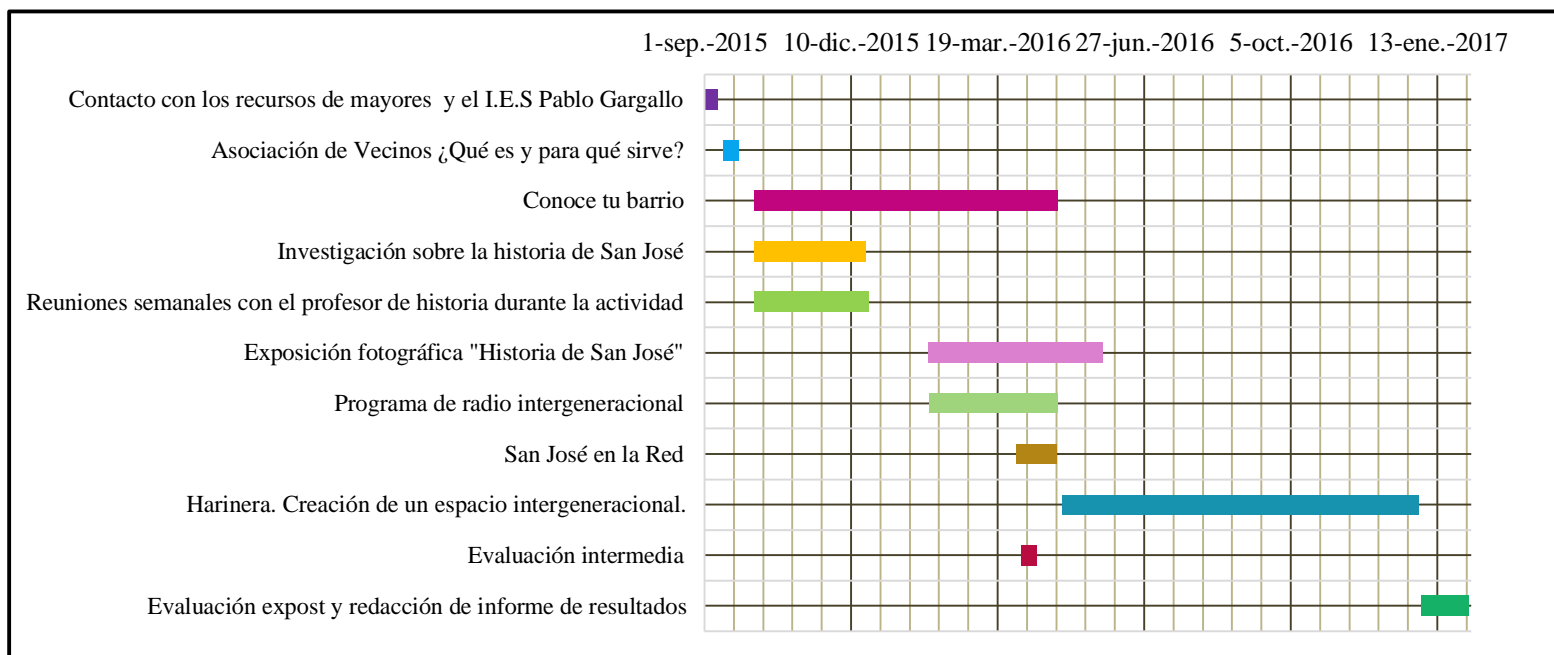


Figura 8. Cronograma

Fuente: Elaboración propia

3.7 Recursos materiales y humanos

Los recursos necesarios para realizar las actividades y cumplir los objetivos de este proyecto se pueden diferenciar entre recursos humanos, materiales y económicos.

1. Recursos humanos:

- Una trabajadora social.
- Profesor de historia (voluntario).

2. Recursos materiales:

Se realiza una diferenciación entre el material no fungible, es decir, aquel que no se agota con el uso y el material fungible, aquel que se agota con la utilización.

Material no fungible

- Un ordenador e impresora.
- Materiales de papelería como tijeras.
- 4 cámaras fotográficas.

Material fungible

- Material de papelería como pegamento, cartulinas, folios, grapas.
- Fotos impresas.

3. Equipamientos:

Aprovechando el carácter comunitario del proyecto se pretende aprovechar los espacios y equipamientos de los recursos comunitarios con los que se va a trabajar, en concreto:

- Instalaciones del I.E.S Pablo Gargallo.
- Instalaciones de la Asociación de Vecinos de San José.
- Instalaciones del Centro de Convivencia para Mayores Joaquín Sorolla.
- Instalaciones de Radio la Granja.

3.8 Organización del equipo de trabajo y asignación de responsabilidades

El equipo de trabajo está formado por la trabajadora social, que se ha encargado de obtener un conocimiento sobre la comunidad y realizar un diagnóstico para diseñar el proyecto, y algunos profesionales o líderes comunitarios que apoyaran y supervisarán ciertas tareas. La trabajadora social será la encargada de contactar con los recursos comunitarios y con los profesionales, así como de coordinar las actividades planificadas. En la Tabla 7 se disponen los equipos de trabajo que se formarán para la realización de cada actividad y las responsabilidades que tendrá cada persona.

Tabla 7. Asignación de responsabilidades en las actividades

Actividad	Profesional	Responsabilidades
“Asociación de Vecinos ¿Qué es y para qué sirve?”	Trabajadora social	Contactar con la AA.VV y el I.E.S Pablo Gargallo para explicarles el proyecto.
		Coordinar la actividad (Sesión de preparación para las mujeres que van a dar la charla, así como apoyar y orientar sobre como el contenido de ésta).
	Presidente de la AA.VV	Selección de mujeres mayores de 65 años para dar las charlas.
“Conoce tu barrio”	Trabajadora social	Contactar con los representantes de los recursos comunitarios con los que se va a trabajar (I.E.S Pablo Gargallo, Centro de Convivencia para Personas Mayores de San José, Hogar del Jubilado de San José, AA.VV de San José, Radio la Granja)
		Coordinar y supervisar las dos fases y las tres tareas de la actividad, controlando los tiempos y espacios en los que se ha de realizar.
	Profesores de historia	Plantear y supervisar la documentación de la historia de San José a los alumnos de 1º de Bachiller.
		Transmitir información sobre el desarrollo de la actividad a la trabajadora social.

Actividad	Profesional	Responsabilidades
“San José en la Red”	Trabajadora social	Coordinar y supervisar la actividad, así como reservar espacio en el Centro de Convivencia para Mayores de San José.
		Seleccionar a los alumnos voluntarios y proporcionarles la información necesaria para que desarrollen adecuadamente las clases.
Harinera. Creación de un espacio intergeneracional	Trabajadora social	Coordinar, moderar y supervisar el espacio intergeneracional, así como las actividades que se planteen en la etapa inicial.
		Empoderar y promover la autonomía de los participantes de ambas generaciones progresivamente.

Fuente: Elaboración propia

3.9 Presupuesto y fuentes de financiación

Tabla 8. Presupuesto

Recursos humanos					
Profesión	Salario Base+ S.S/mes	Meses (trabajados)	Tipo de jornada	Pagas extras (diciembre, julio y diciembre)	Total
Trabajadora Social	1.450,00 €	17	Completa	4.350 €	29.000 €
Profesor de historia	0€	3	Parcial	0€	0€
Total					29.000 €

Recursos materiales			
Material	Uds.	Precio ud./€	Total
Material no fungible	Ordenador	1	600,00€
	Impresora	1	60,00€
	Cartuchos de tinta	2	20,00 €
	Cámara de fotos	4	100,00 €
	Tijeras	5	2,50 €

Recursos materiales				
Material		Uds.	Precio ud./€	Total
Material fungible	Pegamento	5	1,00 €	5,00 €
	Celo	5	0,50 €	2,50 €
	Caja de chinchetas	1	2,00 €	2,00 €
	Caja de grapas	2	2,50 €	5,00 €
	Cartulinas	30	0,50 €	15,00 €
	Paquete de folios	3	3,50 €	10,50 €
	Fotos impresas	30	1,50 €	45,00 €
	Total			1.197,50 €

Ingresos previstos	
Institución	Financiación
Subvención en materia de acción social del Ayuntamiento de Zaragoza	30.000 €
Tienda Fotoprix	445,00 €
Tienda Folder	100,00 €
Total gastos	30.197,5€
Total ingresos	30.545 €
Gastos imprevistos	347,5 €

3.10 Evaluación

El monitoreo y la evaluación del proyecto se va a llevar a cabo en varios momentos de la ejecución (intermedia y expost), tal y como se indica en el cronograma del proyecto. Será llevada a cabo por la trabajadora social, quien será la encargada de registrar todos los datos, evaluarlos, conforme a los objetivos establecidos, y de redactar el informe final de resultados.

Para facilitar el proceso de evaluación se han diseñado algunas herramientas como el cuestionario de satisfacción (véase Anexo IV. Cuestionario de satisfacción).

La encargada de llevar a cabo la evaluación del proyecto será la trabajadora social. No obstante, se plantea la posibilidad de realizar una evaluación participativa con todos los miembros involucrados en el proyecto con el fin de evaluar la efectividad y la pertinencia del proyecto, así como de obtener propuestas y posibles opciones de mejora para proyectos futuros.

Objetivos para contrastar a través de los indicadores establecidos:

- **Objetivo general:** Promover relaciones intergeneracionales entre jóvenes y mayores, así como el envejecimiento activo a lo largo de todo el ciclo vital en el barrio de San José.
- **Objetivo transversal:** Transmitir y justificar la importancia del envejecimiento activo en todo el ciclo vital.
- **Objetivos específicos:**
 - Fomentar el rol activo de las mujeres mayores de San José
 - Promover una imagen más positiva del envejecimiento.
 - Fomentar las relaciones intergeneracionales fuera del ámbito familiar.
 - Estimular la participación social de los vecinos.
 - Construir un tejido social más unido y mejorar la convivencia vecinal y comunitaria.

Tabla 9. Indicadores de evaluación

Actividad	Indicadores	Medios de verificación	Supuestos
Asociación de Vecinos ¿Qué es y para qué sirve?	% de asistentes	Registro del alumnado y recuento de asistentes.	Buen resultado: Más de $\frac{3}{4}$ de alumnos
			Mal resultado: Menos de $\frac{3}{4}$ de alumnos
	Nº de preguntar realizadas a las ponentes	Observación y recuento.	Buen resultado: 10 o más
			Mal resultado: Menos de 4
	% incremento de conocimiento sobre la	Cuestionario antes y después de la actividad	Buen resultado: Más de 50% incremento

Actividad	Indicadores	Medios de verificación	Supuestos
	AA.VV		Mal resultado: Menos del 30% incremento
	Grado de satisfacción	Cuestionario y debate.	Buen resultado: Satisfacción alta Mal resultado: Satisfacción baja
	% de participación de jóvenes.	Registro del alumnado y recuento de participantes	Buen resultado: Todos los alumnos de 1° de bachiller. Mal resultado: Menos de $\frac{3}{4}$ de alumnos de bachiller.
	N° de personas mayores entrevistadas.	Trabajos de los alumnos	Buen resultado: 7 o más entrevistas por persona o grupo. Mal resultado: Menos de 2 entrevistas por persona o grupo.
	Incremento de conocimiento sobre la historia del barrio de San José de los alumnos	Debate previo y posterior a la actividad	Buen resultado: Incremento de conocimientos. Mal resultado: No incremento de conocimientos
	N° de personas voluntarias que participan en la organización de la exposición fotográfica	Observación y recuento	Buen resultado: 10 personas voluntarias o más. Mal resultado: Menos de 5 personas voluntarias.
	N° de personas voluntarias para el programa de radio (mayores y jóvenes)	Observación y recuento	Buen resultado: 10 personas voluntarias o más. Mal resultado: Menos de 4 personas.
	N° de propuestas para el programa de radio	Observación y recuento	Buen resultado: 15 propuestas o más Mal resultado: Menos de 5 propuestas

Actividad	Indicadores	Medios de verificación	Supuestos
	Grado de satisfacción	Cuestionario de satisfacción	Buen resultado: Satisfacción alta Mal resultado: Satisfacción baja
	Nº de alumnos voluntarios	Observación y recuento en el aula	Buen resultado: 10 alumnos voluntarios o más. Mal resultado: Menos de 4 voluntarios
	Nº de mujeres que participan	Observación y recuento del registro	Buen resultado: 25 mujeres o más Mal resultado: 10 mujeres o menos
	% incremento de conocimiento sobre manejo de redes sociales en mujeres mayores	Test previo y posterior a la actividad	Buen resultado: Saben qué es una página de FB y cómo se utiliza. Mal resultado: No les queda claro cómo manejar páginas en FB.
	Nº de personas a las que les gusta la página de Facebook	Facebook	Buen resultado: Más de 400 personas Mal resultado: Menos de 100 personas
	Nº de publicaciones	Facebook	Buen resultado: 200 publicaciones o más. Mal resultado: 50 publicaciones o menos.
	Nº de “me gusta” en las publicaciones	Facebook	Buen resultado: 500 “me gusta” o más Mal resultado: 100 “me gusta” o menos.
	Nº de comentarios de las publicaciones	Facebook	Buen resultado: 500 comentarios o más

Actividad	Indicadores	Medios de verificación	Supuestos
Creación de un espacio intergeneracional.			Mal resultado: 50 comentarios o menos.
	Nº de veces que se comparten las publicaciones	Facebook	Buen resultado: 100 publicaciones compartidas o más
			Mal resultado: 50 publicaciones compartidas o menos.
	Nº de mujeres mayores que participan	Registro de participantes	Buen resultado: 30 mujeres o más
			Mal resultado: 10 mujeres o menos
	Nº de jóvenes que participan	Registro de participantes	Buen resultado: 30 jóvenes o más
			Mal resultado: 10 jóvenes o menos
	Nº de propuestas de actividades realizadas	Registro de propuestas	Buen resultado: 10 actividades o más
			Mal resultado: 3 actividades o menos
	Nº de actividades llevadas a cabo	Registro de actividades realizadas	Buen resultado: 6 actividades o más
			Mal resultado: 3 actividades o menos
	Grado de satisfacción	Cuestionario de satisfacción	Buen resultado: Satisfacción alta
			Mal resultado: Satisfacción baja

4. Conclusiones

En este trabajo han quedado plasmados todos los conocimientos recabados a través del análisis de fuentes secundarias, como la revisión bibliográfica, y de fuentes primarias, como el trabajo de campo. De esta forma, se ha podido conocer de una manera más cercana las características del Barrio de San José y de la generación de mujeres mayores y de jóvenes adolescentes.

Gracias al contraste de la información obtenida a través de diferentes canales, se ha podido concluir que, la teoría y la realidad no siempre coinciden. A pesar de que la teoría exponía que las mujeres participan, en general, en menor medida que los hombres de su misma generación, en San José, la realidad es distinta, las mujeres mayores son el grupo mayoritario y participan más que los hombres.

Envejeciendo activamente en la comunidad es un proyecto piloto y por ello, a pesar de su carácter comunitario, se ha decidido comenzar a trabajar con el grupo de población más participativo, las mujeres, para facilitar su implantación. Sin embargo, no se descarta plantear una ampliación del proyecto e involucrar a hombres mayores si los resultados obtenidos son buenos.

Se considera necesaria la implantación de este proyecto en la comunidad de San José, ya que es importante intervenir y mejorar la calidad y cantidad del tejido social a través de la creación de relaciones intergeneracionales, así como poner en valor el papel de las mujeres mayores en la sociedad y, con ello, acabar con ideas preconcebidas e incrementar el bienestar de la comunidad.

Es importante aprovechar el valor social que aportan los mayores en nuestra sociedad y, por ello, se plantea un proyecto en el que las mujeres mayores sean las protagonistas. Ellas serán los modelos de referencia para los jóvenes adolescentes, en cuanto a actividad participativa se refiere. De esta manera, se pone de manifiesto cómo la actividad a lo largo del ciclo vital influye positivamente en la etapa del envejecimiento.

Es un proyecto viable y factible en la medida en que Zaragoza forma parte de la Red de Ciudades Amigables con las Personas Mayores de la OMS desde 2011 y entre los objetivos planteados para las actuaciones de los próximos años, están las de incrementar la participación de los mayores en actividades y la de promocionar actividades intergeneracionales.

Desde la perspectiva del Trabajo Social, puedo decir que el nivel de intervención comunitario, a pesar de ser el gran olvidado de nuestros días, es tan necesario como el individual o el grupal. Es complicado, en una situación de crisis global como la que España está viviendo desde los últimos años,

invertir recursos en aspectos calificados como secundarios, como puede ser, en este caso, el envejecimiento activo en la comunidad. Sin embargo, el carácter preventivo del trabajo comunitario lo dota de una gran importancia.

En este caso, ante una perspectiva de envejecimiento poblacional continuo, se incrementa la necesidad de prevenir. Pensar a largo plazo es complicado, pero necesario si queremos vivir en una sociedad mejor. Educar a las personas en la vida, enseñarles a envejecer de manera positiva, no revierte sólo en el bienestar personal, sino también en el bienestar social general. Si las personas mayores se mantienen activas durante un periodo prolongado de tiempo necesitarán en menor medida acudir a los servicios sanitarios, al menos, hasta que alcancen una edad en la que tengan discapacidad.

A un nivel más personal, puedo calificar la realización de este trabajo como una experiencia enriquecedora y satisfactoria. Puedo decir que este proyecto me ha permitido aprender a conocer las características de una comunidad, a diagnosticar sus necesidades y a diseñar un proyecto con una buena base de fundamentación. Además, he aprendido que cómo actúe y sea hoy se reflejará en cómo sea mañana.

Referencias

- Abellán, A., y Pujol, R. (2015). Indicadores estadísticos básicos. Un perfil de las personas mayores en España 2015. *Informes Envejecimiento en red*(10), 1-27. Obtenido de <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/enred-indicadoresbasicos15.pdf>
- Álvarez-Gayou, J. L. (2003). *Cómo hacer investigación cualitativa: Fundamentos y metodología*. México: Paidós.
- Ander-Egg, E. (1980). *Metodología y práctica del Desarrollo de la Comunidad*. Buenos Aires: Hvmánitas.
- Ander-Egg, E. (2009). *La ciudad educadora: como forma de fortalecimiento de la democracia y de una ciudadanía activa y convivencial*. Asunción: Servilibro.
- Ander-Egg, E., y Aguilar Idáñez, M. J. (1995). *Diagnóstico social: conceptos y metodología*. Buenos Aires: Lumen.
- Arber, S., y Ginn, J. (1996). *Relación entre género y envejecimiento: Enfoque sociológico*. Madrid: Narcea.
- Bauman, Z. (2003). *Modernidad líquida*. Argentina: Fondo de Cultura Económica.
- Bernabeu, J., y Robles, E. (2000). Demografía y problemas de salud. Unas reflexiones críticas sobre los conceptos de transición demográfica y sanitaria. *Políticas y Sociedad*, 35, 45-54. Obtenido de <http://revistas.ucm.es/index.php/POSO/article/view/POSO0000330045A/24479>
- Bunbury, E., y Viñuales, R. (2011). *Zaragoza, Ciudad amigable de las Personas Mayores: Plan de acción 2014-2017*. Ayuntamiento de Zaragoza. Zaragoza: Ayuntamiento de Zaragoza. Obtenido de <http://www.zaragoza.es/contenidos/sectores/mayores/plan-accion-1417.pdf>
- Causapié, P., Balbotín, A., Muñoz, M., y Matero, A. (2011). *Envejecimiento Activo. Libro Blanco*. Madrid: IMSERSO. Obtenido de http://www.imserso.es/InterPresent1/groups/imserso/documents/binario/8088_8089libroblancoenv.pdf
- Chacón, M. D. (abril de 2010). El desarrollo comunitario. *Innovación y experiencias educativas*(29), 1-11. Obtenido de http://www.csi-csif.es/andalucia/mod_ense-csifrevistad_29.html
- Chande, R. H. (1995). Epidemiología del envejecimiento: Una fase más de la transición demográfica. *Estudios Demográficos y Urbanos*, 687-705.
- Comisión Europea. (2012). *La aportación de la UE al envejecimiento activo y a la solidaridad entre las generaciones*. Bélgica: Oficina de Publicaciones de la Unión Europea. Obtenido de <http://ec.europa.eu/social/BlobServlet?docId=8710&langId=es>

- Consejo de la Unión Europea. (2005). *Libro Verde. Frente a los Cambios Demográficos, una nueva Solidaridad entre Generaciones*. Bruselas: Oficina de Publicaciones Oficiales de las Comunidades Europeas,. Obtenido de <http://bookshop.europa.eu/es/libro-verde-frente-a-los-cambios-demogr-ficos-una-nueva-solidaridad-entre-generaciones--pbKE6705266/>
- Corsi, M., y Samek Lodovici, M. (2010). *Active ageing and gender equality policies: The employment and social inclusion of women and men of late working and early retirement age*. Obtenido de http://ec.europa.eu/justice/gender-equality/files/2011_active_ageing_synthesis_report_en.pdf
- Das Gupta, M., Engelman, R., Levy , J., Luchsinger, G., Merrick, T., y Rosen, J. E. (2014). *Estado de la población mundial 2014: El poder de 1800 millones: Los adolescentes, los jóvenes y la transformación del futuro*. UNFPA. Prographics. Obtenido de <http://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/SWOP2014%20Report%20Web%20Spanish.pdf>
- Del Rincón, M., y Pérez, S. (2005). *Informe sobre las condiciones de vida de las personas*. Escuela Universitaria de Estudios Sociales. Universidad de Zaragoza. Zaragoza: No publicado.
- Diario Oficial de la Unión Europea. (2011). Decisión nº940/2011/UE del Parlamento Europeo y del Consejo de 14 de septiembre de 2011 sobre el Año Europeo del Envejecimiento Activo y de la Solidaridad Intergeneracional. Europa. Obtenido de http://www.envejecimientoactivo2012.es/InterPresent1/groups/imserso/documents/binario/decision940_2011.pdf
- Eito, A., y Gómez, J. D. (julio-diciembre de 2013). El concepto de comunidad y trabajo social. *Revista Espacios Transnacionales*(1), 10-16. Obtenido de <http://espaciostransnacionales.org/primer-numero/conceptos/conceptotrabajosocial/>
- European Commission. (2015). *Employment, Social Affairs & Inclusion*. Obtenido de Active ageing: <http://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=1062&langId=en>
- Eurostat. European Commision. (2011). *Active ageing and solidarity between generations: A statistical portrait of the European Union 2012*. Belgium: Publications Office of the European Union. Obtenido de <http://ec.europa.eu/eurostat/documents/3217494/5740649/KS-EP-11-001-EN.PDF/1f0b25f8-3c86-4f40-9376-c737b54c5fcf>
- Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO. (2014). *Informe 2014 sobre envejecimiento activo en las mujeres mayores*. Madrid: CCOO. Obtenido de http://www.pensionistas.ccoo.es/comunes/recursos/28/pub119123_Informe_2014__Envejecimiento_Activo_en_las_Mujeres_Mayores.pdf
- Fernández, J. L., Parapar, C., y Ruiz, M. (Septiembre de 2010). Envejecimiento: línea estratégica de la FGCSIC. *LYCHNOS.Cuadernos de la Fundación General CSIC*(2), 4-6.
- Foster, L., Walker, A. (marzo de 2013). Gender and active ageing in Europe. *European Journal of Ageing*, 10(1), 3-10. doi:10.1007/s10433-013-0261-0

- Fundación Encuentro. (2013). *Informe España 2013. Una interpretación de su realidad social*. Madrid. Obtenido de http://www.fund-encuentro.org/informe_espana/indiceinforme.php?id=IE20
- Gómez Redondo, R., y García González, J. M. (2011). Longevidad y salud a edades avanzadas. En R. Gómez Redondo, *Salud, demografía y sociedad en la población anciana* (págs. 57-81). Madrid: Alianza Editorial.
- Helduak adi! (2012). *Estereotipos asociados a las personas mayores*. Obtenido de <http://www.hartuemanak.org/NoticiasSectoriales?news=%274cd5baca-0a2d-423b-bcec-b5a243af42a8%27&prev=%27182%27>
- Instituto de Mayores y Servicios Sociales [IMSERSO]. (2014). *Informe 2012: Las personas mayores en España. Datos estadísticos estatales y por Comunidades Autónomas*. Madrid. Obtenido de http://www.imserso.es/imserso_01/documentacion/publicaciones/coleccion/informacion_publicacion/index.htm?id=1916
- Instituto Nacional de Estadística. (22 de noviembre de 2013). Proyección de la Población de España a Corto Plazo 2013–2023. *Notas de prensa*. Obtenido de <http://www.ine.es/prensa/np813.pdf>
- Instituto Nacional de Estadística. (2014). *Esperanza de vida*. Obtenido de http://www.ine.es/ss/Satellite?L=es_ES&c=INESeccion_C&cid=1259926380048&p=1254735110672&pagename=ProductosYServicios/PYSLayout
- Instituto Nacional de Estadística. (2014). Proyección de la Población de España 2014-2064. *Notas de prensa*. Obtenido de <http://www.ine.es/prensa/np870.pdf>
- Instituto Vasco de la Mujer. (2012). *La autonomía de las mujeres mayores en el País Vasco y su contribución a los procesos de empoderamiento*. Instituto Vasco de la Mujer. Gráficas Ulzama. Obtenido de http://www.emakunde.euskadi.eus/contenidos/informacion/pub_informes/es_emakunde/adjuntos/informe-27_mujeres_mayores_es.pdf
- International Association of Schools of Social Work. (Julio de 2014). *Global definition of Social Work/Review of the Global Definition*. Obtenido de <http://www.iassw-aiets.org/>
- International Federation of Social Workers. (Julio de 2014). *Propuesta Definición Global de Trabajo Social*. Obtenido de <http://ifsw.org/propuesta-de-definicion-global-del-trabajo-social/>
- Lanzieri, G. (abril de 2011). The greying of the baby boomers. A century-long view of ageing in European populations. *Statistics in focus*, 23, 1-11.
- Lassen, A. J., y Moreira, T. (agosto de 2014). Unmaking old age: Political and cognitive formats of active ageing. *Journal of ageing studies*, 30, 33-46. doi:10.1016/j.jaging.2014.03.004
- Marchioni, M. (1999). *Comunidad, participación y desarrollo: Teoría y metodología de la intervención comunitaria*. Madrid: Popular.

- Ministerio de Sanidad y Política Social. (2010). *Encuesta a Mayores*. Madrid. Obtenido de http://www.imserso.es/InterPresent1/groups/imserso/documents/binario/presentacionencuestamayores_20.pdf
- Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad. (2011). *Informe sobre las mujeres mayores en España*. Madrid. Obtenido de <http://www.msssi.gob.es/novedades/docs/mujeresBorrador.pdf>
- Oddone, M. J. (28 de septiembre de 2013). Antecedentes teóricos del Envejecimiento Activo. *Informes Envejecimiento en red*(4), 1-9. Obtenido de <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/oddone-antecedentes.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2002). Envejecimiento activo: un marco político. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 37(2), 74-105. Obtenido de <http://www.imserso.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/docintenvjecimiento.pdf>
- Pérez, J. (2003a). Feminización de la vejez y Estado del Bienestar en España. *Reis*, 104(3), 91-121.
- Pérez, J. (2003b). *La madurez de masas* (Instituto de Mayores y Servicios Sociales ed.). Madrid, España: Artegraf,S.A. Recuperado el 28 de enero de 2015, de <http://digital.csic.es/bitstream/10261/3110/1/MadurezMasas.pdf>
- Pérez, J. (16 de junio de 2010). *Apuntes de Demografía*. Obtenido de Blog de Julio Pérez Díaz: <http://apuntesdedemografia.com/curso-de-demografia/temario/tema-1-introduccion/la-teoria-de-la-transicion-demografica-1/>
- Pujol, R., y Abellán, A. (2013). *Esperanza de Vida Libre de Discapacidad en los mayores*. Informes de envejecimiento en red, Madrid. Obtenido de <http://digital.csic.es/bitstream/10261/101794/1/enred-esperanza-libredisca-01.pdf>
- Quadagno, J. (1999). *Aging and the Life Course: An Introduction to Social Gerontology*. Boston: McGraw-Hill Higher Education.
- Ramiro, D. (2011). Historia de la Población Mundial. *Información Estadística y Cartográfica de Andalucía*(1), 13-23. Obtenido de <http://www.juntadeandalucia.es/institutodeestadisticaycartografia/InformacionEstadisticayCartografica/RevistaFuturoPoblacion.pdf>
- Ramiro, D., Abellán, A., Durán, M. Á., Fernández-Mayoralas, G., Pérez, J., Rodríguez, V., y Rojo-Pérez, F. (2013). *Informe Una vejez activa en España. Grupo de población del CSIC*. Madrid: EDIMSA.
- Real Academia Española. (s.f.). *Diccionario de la Lengua Española*. Obtenido de <http://www.rae.es/recursos/diccionarios/drae>
- Robles, E. (2011). El envejecimiento de la población: aspectos demográficos. En R. Gómez Redondo, *Salud, demografía y sociedad en la población anciana* (págs. 39-56). España: Alianza .

- Robles, E., García, F., y Bernabeu, J. (1996a). La transición sanitaria en España desde 1900 a 1990. *Revista Española de Salud Pública*, 70(2), 221-233.
- Robles, E., García, F., y Bernabeu, J. (1996b). La transición sanitaria: Una revisión conceptual. *Boletín de la Asociación de Demografía Histórica*, XIV(I), 117-144.
- Rodríguez, J., González, A. N., Díaz, P., y Rodríguez, V. (2011). Estudio Longitudinal Envejecer en España. El proyecto ELES. (I. d. Sociales, Ed.) *Boletín sobre el envejecimiento. Perfiles y tendencias*(50). Obtenido de <http://envejecimiento.csic.es/documentacion/biblioteca/registro.htm?id=58320>
- Rubio, M. J., y Varas, J. (1997). *El analisis de la realidad en la intervención social: Métodos y técnicas de investigación*. Madrid: CCS.
- Santamarina, C., y Marinas, M. (2009). Percepción en niños y adolescentes de las personas mayores. (IMSERSO, Ed.) *Boletín sobre el envejecimiento. Perfiles y tendencias*.(38).
- Santos, I. (1996). Envejecimiento demográfico: Diferencias por género. *Reis*, 73(96), 177-190.
- Springate, I., Atkinson, M., y Martin, K. (2008). *Intergenerational Practice: a Review of the Literature. Local Government Education and Children's Services Research Programme*. Slough: NFER. Obtenido de <http://www.nfer.ac.uk/publications/LIG01/LIG01.pdf>
- UNECE Statistics Wikis. (2013). *Introducing the Active Ageing Index*. European Commission & United Nations Economic Commission for Europe, Employment, Social Affairs & Inclusion. Obtenido de <http://www1.unece.org/stat/platform/display/AAI/Active+Ageing+Index+Home>
- Walker, A. (enero-marzo de 1996). Actitudes Europeas ante el envejecimiento y las personas mayores. *Reis*(73), 17-42. doi:10.2307/40183839
- Walker, A., y Lowenstein, A. (2009). European perspectives on quality of life in old age. *European Journal of Ageing*, 6, 61-66. doi:10.1007/s10433-009-0117-9
- World Health Organization. (2002). *Active Ageing: A Policy Framework*. Madrid. Obtenido de http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/WHO_NMH_NPH_02.8.pdf?ua=1
- World Health Organization. (2008). *Gender older persons in emergencies: an active ageing perspective*. . Switzerland: Ageing and Life Course Family and Community Health World Health Organization.
- World Health Organization. (2015). *Ageing and Life Course*. Obtenido de What is "active ageing"?: http://www.who.int/ageing/active_ageing/en/

Anexo I

Índice de tablas

Tabla 1. Características de los grupos focales	8
Tabla 2. Evolución de la población por categorías de edad en la Comunidad Autónoma de Aragón: 2004-2014.....	13
Tabla 3. Evolución de la población por categorías de edad en el Municipio de Zaragoza: 2004-2014 .	13
Tabla 4. Evolución de la población por categorías de edad en el Distrito 5-San José de Zaragoza: 2004-2014.....	14
Tabla 5. Distribución de la población mayor de 65 años por sexo y tramos de edad en el barrio San José de Zaragoza y en el Municipio de Zaragoza en 2015.....	15
Tabla 6. Estrategias de Envejecimiento Activo en la UNECE (United Nations Economic Comission for Europe).....	20
Tabla 8. Asignación de responsabilidades en las actividades	47
Tabla 9. Presupuesto	48
Tabla 10. Indicadores de evaluación.....	50

Índice de figuras

Figura 1. Esperanza de vida libre de discapacidad por edad y sexo en Aragón, 2008.	18
Figura 2. Consecuencias identificadas en prácticas intergeneracionales.	22
Figura 3. Estereotipos y mitos más comunes relacionados con las personas mayores	24
Figura 4. Árbol de objetivos	35
Figura 5. Árbol de objetivos.....	36
Figura 6. Actividades del proyecto	37
Figura 7. Fases de la Actividad "Conoce tu barrio"	39
Figura 8. Cronograma	45

Anexo II. Guiones de la entrevista y los grupos focales

Entrevista semiestructurada

La entrevista semiestructurada está enfocada a obtener información sobre el colectivo de las mujeres mayores y de las relaciones intergeneracionales, además de servir como cauce para dar a conocer el proyecto.

Presentación formal, además de pedir permiso para hacer referencia a él/ella como profesional experto en el diseño del proyecto.

Sociodemográficos básicos:

Nombre:

Cargo:

Institución/Titularidad:

Localización:

Bloque I. DIFERENCIAS ENTRE HOMBRES Y MUJERES MAYORES

- ¿Cree que la estructura de la población está envejeciendo? ¿Cree que las diferentes generaciones de mujeres mayores que usted ha podido llegar a conocer han variado en algo?
¿Participan más?
- Envejecimiento y condiciones de vida de los mayores en el barrio (esperanza de vida en salud).
- ¿En este recurso para mayores ha notado algún tipo de variación en el número de personas que asisten (mensualmente-anualmente)? ¿Acuden más o menos personas?
- ¿Entre ellas hay un mayor número de hombres o de mujeres? ¿Cuál cree que puede ser la razón?
- ¿Cuáles cree, según su punto de vista, que son las características de las mujeres mayores del barrio? ¿Participan en menor, mayor o igual medida que los hombres?
- ¿Cómo definiría las relaciones vecinales del barrio y la participación? ¿Qué pasa con las mujeres que no acuden a los centros?

Bloque II. EXPERIENCIAS INTERGENERACIONALES

- ¿Conoce alguna experiencia de envejecimiento activo intergeneracional en el barrio?
- ¿Cómo definiría la relación entre jóvenes (entendiendo por jóvenes aquellos que se encuentran entre edades de 12 a 18 años) y mayores? ¿Diría lo mismo si hablamos de chicas jóvenes y mujeres mayores?
- ¿Cree que la intervención intergeneracional es necesaria? ¿Cree que hay suficientes actuaciones en este plano?

Bloque III. RELACIONES VECINALES Y CAMBIOS Y TENDENCIAS DEL BARRIO EN LOS ÚLTIMOS AÑOS

- En definitiva... ¿Cuáles son los cambios tendencias del barrio San José en los últimos años?
- ¿Cómo calificaría a las relaciones vecinales actuales?

Grupo focal con mujeres mayores

Los grupos de discusión están enfocados a obtener datos cualitativos de los grupos objeto del proyecto, así como a identificar si existen o no mitos y prejuicios por ambas partes.

Relaciones existentes, prejuicios y aportaciones en términos positivos de intercambio de enseñanzas.

- ¿Tienen relaciones con jóvenes-adolescentes? ¿Fuera o dentro de la familia? ¿Convive con algún familiar de esa generación?
- ¿Creen que existen grandes diferencias entre la generación de jóvenes adolescentes y de los mayores?
- ¿Cómo consideran que eran a su edad? ¿Creen que ha cambiado mucho?
- ¿Qué caracteriza según su punto de vista a los jóvenes adolescentes de hoy en día? ¿Creen que las chicas y los chicos son iguales? ¿En qué se diferenciarían según su punto de vista?
- ¿Cómo creen que perciben ellos a las personas mayores?
- ¿Cómo consideran que son realmente?
- ¿Qué piensan que podrían enseñarle a los adolescentes?
- ¿Qué creen que podrían aprender de ellos? (En términos de intercambio)

- ¿Cómo calificarían las relaciones vecinales del barrio? ¿Y la participación?
- ¿Estarían dispuestas a participar en actividades y talleres junto a jóvenes adolescentes? ¿Por qué? ¿En alguna actividad en concreto?

Grupo de discusión con jóvenes adolescentes

Relaciones existentes, prejuicios y aportaciones en términos positivos de intercambio de enseñanza.

- ¿Tenéis relaciones con personas mayores? ¿Fuera o dentro de la familia? ¿Convivís con alguien de esta generación?
- ¿Creéis que existen grandes diferencias entre la generación de jóvenes adolescentes y de los mayores?
- ¿Cómo consideráis que son las personas mayores? Calificativos.
- ¿Qué caracteriza según vuestro punto de vista a las personas mayores de hoy en día? ¿Creéis que las mujeres mayores y los hombres mayores son iguales? ¿En qué se diferenciaría según vuestro punto de vista?
- ¿Cómo creéis que perciben ellos a los jóvenes adolescentes?
- ¿Cómo consideráis que sois realmente?
- ¿Qué pensáis que podríais enseñarle a las mujeres mayores?
- ¿Qué creéis que podríais aprender de ellas? (En términos de intercambio)
- ¿Cómo calificaríais las relaciones vecinales? ¿Y la participación?
- ¿Estaríais dispuestas a participar en actividades y talleres junto a mujeres mayores? ¿Por qué? ¿En alguna actividad en concreto?

Anexo III. Análisis de entrevistas y grupos focales

Análisis de entrevistas

Después de realizar las primeras entrevistas informales se seleccionaron los recursos que se consideraron más relevantes para obtener información sobre las personas mayores, las intervenciones intergeneracionales y las características del barrio de San José.

	Persona/s entrevistada/s	Cargo	Institución/Titularidad	Localización
1	Laudelina Contreras	Directora	Centro de Convivencia para mayores Laín Entralgo/ Pública-Ayuntamiento	Pº de la Mina
2	Aurora Chacón	Trabajadora Social	Hogar y Centro de Día Luis Aula /Pública-DGA	San José
3	Fernando Roy	Director	Centro de Convivencia para mayores Joaquín Sorolla/ Pública-Ayuntamiento	San José
4	6 miembros de la comisión de la AA.VV	Presidente, comisión de salud, comisión de urbanismo y movilidad y colaboradores.	Asociación de Vecinos de San José /Privada	San José

Tras realizar y analizar las cuatro entrevistas se pueden extraer las siguientes conclusiones comunes:

Bloque I. Diferencias entre hombres y mujeres mayores

- Ahora, los mayores participan más en los recursos y de otra manera a como lo podían hacer generaciones anteriores. Antes, las instituciones y recursos para mayores eran lugares para estar con iguales, de encuentro, de socialización, dónde se dedicaban a hablar y a jugar a las cartas. Actualmente, hay muchas más personas que aprovechan la oferta variada de actividades que se proponen y son más conscientes de que cubren una necesidad propia y social. Conforme se renuevan las generaciones de mayores participan más, tienen más inquietudes y “demandan actividades diferentes”.
- Las mujeres mayores son más participativas, son más receptivas y abiertas a la hora de iniciarse en actividades nuevas, “tienen más carácter en general”. “Muchas de las actividades están ocupadas por mujeres mayoritariamente”. A pesar de que la teoría expone que las mujeres mayores participan en menor medida que los hombres, quizás por el rol doméstico que les ha

sido asignado, participan cada vez en mayor medida. Por su parte, los hombres no participan en muchas actividades por vergüenza.

- Se aceptan más las actividades de aprendizaje, de mantenimiento, tanto de memoria como de actividad física. Muchas personas se han introducido en el mundo del voluntariado con diferentes colectivos e incluso con iguales, se ocupan de dar cursos y clases en los propios recursos para mayores. Esto es una inversión de futuro, ya que los mayores cada vez son más saludables y tienen mayor esperanza de vida libre de discapacidad, lo que supone un ahorro sanitario.
- No obstante, “tienden a hacer lo mismo, les da seguridad y sería más adecuado que hicieran actividades diferentes, que salieran de su zona de confort”.
- Conforme se hacen más mayores, “más hay que tirar de ellos”, ya que cada vez participan menos. Los que son más activos ahora también eran los más activos antes, han sido dinámicos desde jóvenes.
- Hay muchas mujeres que, conforme van perdiendo capacidades, se encierran en casa. Son más inseguras, quizás por la forma en la que se han criado.
- El problema de los recursos para personas mayores es que sólo se limitan a las personas activas, lo que puede suponer un problema de soledad y aislamiento en la población que está desatendida. Esto es un reto que habrá que afrontar en un futuro próximo.

Bloque II. Experiencias intergeneracionales

- Las actividades intergeneracionales tienen una gran aceptación entre los mayores más participativos ya que, el resto se muestran reacios a participar. En el Centro de Convivencia para Mayores Laín Entralgo llevan 10 años realizando un proyecto intergeneracional con jóvenes- adolescentes del I.E.S Pedro de Luna y ha dado muy buenos resultados en ambas generaciones, todos los participantes han quedado satisfechos y contentos con la experiencia. “La interrelación con jóvenes es muy positiva porque les hace ser conscientes del ciclo vital”, la educación también consiste en aprender a vivir bien, activos y con calidad de vida. Aprenden que “se pueden divertir juntos y que no están tan alejados como pensaban y que tienen muchas cosas en común”. Estas experiencias ayudan a toda la comunidad, ya que cambia a los individuos a través de la experiencia propia. Cuando participan en actividades intergeneracionales algo cambia dentro de ellos.

- En el barrio de San José hay experiencias intergeneracionales con niños como la de “Canas y Canicas”, pero no cuentan con ningún proyecto intergeneracional con jóvenes-adolescentes.
- Para tener un envejecimiento satisfactorio han de ser educados previamente en la importancia de establecer relaciones sociales y de ser activos tanto en hobbies como en la participación ciudadana.
- La mayoría de los mayores (especialmente las mujeres) tienen fuertes lazos y relaciones intergeneracionales intra-familiares, con los nietos. Las relaciones intergeneracionales extra-familiares son más escasas, muchos mayores son reacios a participar y primero hay que realizar un amplio trabajo de motivación.
- Las relaciones intergeneracionales en el plano extra-familiar apenas existen, debido a la “incomprensión mutua”, “se teme a lo que no se conoce”. Por ello, es necesario “intentar buscar soluciones a la incomprensión mutua que existen entre las distintos sectores poblacionales”
- Existe un problema añadido de que “no nos educan para envejecer” y es difícil plantear a los jóvenes el futuro, de educarles en la vida y hacerles ver que “el cómo vivas ahora se verá reflejado en tu vejez (...). Los cambios en hábitos de vida, cambios saludables, cambios sociales”.

Bloque III. Relaciones vecinales y cambios y tendencias del barrio en los últimos años

- San José es un barrio muy envejecido que, cada vez nota más el peso de la población mayor, porque no hay renovación de jóvenes. Cuando se independizan suelen salir fuera del barrio, a zonas más jóvenes y, en la comunidad, quedan los que han vivido siempre.
- Hay muchas y muy buenas relaciones vecinales, ya que se conocen de toda la vida y más o menos vienen de los mismos pueblos. Sin embargo, los jóvenes del barrio tienden al individualismo y es necesario plantear una vuelta a la comunidad, a involucrarse de forma participativa. “La idea es que se mezcle la gente, una sociedad es un conjunto”.

Análisis del grupo focal con jóvenes.

Tres jóvenes de 16 años y una de 17 años del barrio San José (todas van a 1º de Bachiller del IES Pablo Gargallo)

1. Relaciones con personas mayores.

- a. Intra-familiar: Tienen una buena relación con sus abuelos, nombran especialmente a sus abuelas.
- b. Extra-familiar: En general no tienen relación con personas mayores fuera del ámbito familiar. Sin embargo, algunas mencionan mantener alguna conversación de vez en cuando con amigas de sus abuelas o con vecinos mayores de sus bloques de vivienda.

2. Edad a la que se comienza a ser mayor.

Cuando se les plantea de a qué edad se comienza a ser mayor responden que a ninguna en concreto. Piensan que “ser mayor” es una decisión personal y depende de cómo te sientas. Hay personas que son mayores a una edad temprana y hay personas mayores que aún son jóvenes. Una de las jóvenes dice que “te sientes mayor cuando te pones límites”.

3. Diferencias entre las generaciones de adolescentes y mayores.

Afirman que existen diferencias y que, en sus palabras, “vamos cambiando poco a poco” “cambia la sociedad y te influye” “cambian las maneras de pensar”. Observan un cambio con respecto a la generación de sus abuelos. Los padres son más liberales y los abuelos más conservadores.

Sin embargo, existen mayores diferencias entre los abuelos y los nietos. Las generaciones de personas mayores y de jóvenes son diferentes. Hacen referencia a comportamientos y valores y nombran la época de la guerra y posguerra la cual creen que ha podido marcar el carácter de los mayores de hoy en día.

Describen a las personas mayores con las siguientes palabras: “sensatas”, “saben lo que hacen”, “tienen más cabeza”. “Sentido común”. “Se conforman con menos” “son más inflexibles” “conservadores”. En general, los adjetivos que utilizan son buenos y se les pregunta si cuando piensan en personas mayores de fuera de la esfera familiar cambia, una dice “Hombre hay algunos que... son muy antipáticos y gruñones” Sin embargo, recalcan que en general tienen una percepción positiva de los mayores y que, más que de la edad, depende de las personas.

5. Características de los mayores de hoy en día. Diferencias entre mujeres y hombres mayores.

Relacionan más a las mujeres mayores con la religión, con la casa, con el cuidado de los nietos, la cocina. Por su lado, relacionan a los abuelos con los bares y el vermut.

Afirman que existe mucho machismo entre los abuelos ya que, los roles de género siguen estando muy marcados y presentes en su forma de vida.

6. Actividad de las personas mayores.

Consideran que las mujeres mayores son menos activas, que, en general, su actividad se limita a dar un paseo y que siguen manteniendo el rol de cuidadores. No obstante, mencionan que algunas de sus abuelas han salido de viaje sin sus abuelos y, una de ellas, que su abuela se liberó cuando murió su abuelo.

Con respecto a los abuelos, piensan que son más activos y que tienen más vida social. La actividad que les caracteriza es tomar el vermut y jugar a las cartas.

7. Cómo perciben los mayores a los jóvenes.

Durante la conversación afirman que, en general, tienen una mala percepción de ellos. Según su punto de vista, los mayores utilizan palabras como maleducados o “guarrillas, para las chicas” recalcan que esta última acepción la utilizan solo las abuelas, y piensan que ellas son más conservadoras en ese sentido a la hora de vestir y a la hora de la cocina, “dicen que es cosa de mujeres”

8. Cómo consideran que son los jóvenes adolescentes realmente.

No creen que lo que piensan las personas mayores coincida con la realidad, pero insisten en que, como en cualquier generación, todo depende la persona. Esta percepción de los mayores tan positiva no se identifica con la revisión literaria que se ha realizado y puede ser debido a que, como pone de manifiesto el Informe sobre las condiciones de vida de las personas mayores de 65 años en el barrio San José (Del Rincón y Pérez, 2005), las personas mayores de San José han estado muy involucradas en el cuidado de sus nietos. La cercanía intergeneracional en el ámbito familiar puede haber influido de manera directa en la percepción que, estas jóvenes, tienen actualmente sobre la generación de sus abuelos.

Creen que los mayores pueden tener una mala percepción de su generación porque tienen forma diferente de hablar y de expresarse. Ellas mismas autodefinen su generación como “aborregados y ligados a la tecnología”, “más libres”.

9. Qué podrían enseñarle a las mujeres mayores.

Cuando se les plantea este tema piensan que, al ser generaciones muy diferentes, los mayores son más conservadores y proponen que podrían enseñarles “que las cosas han cambiado y que ya no es como hace 70 años, por lo que han de adaptarse y abrirse”; “que no todos somos iguales”.

También plantean que podrían enseñarles a ser más autónomas a través del aprendizaje de tareas que, normalmente, están asignadas al rol masculino como, por ejemplo, cambiar una bombilla.

Por último, plantean la necesidad que las mujeres mayores sean más activas y podrían proponerles aprender nuevas tecnologías y a salir de casa y no limitarse a dar un paseo por la calle.

10. Qué piensan que podrían aprender de las mujeres mayores.

Piensan que podrían aprender a valorar más las cosas dicen que "la generación de abuelos se ha entregado mucho por lo que quiere, nosotros como lo hemos tenido todo desde siempre y nos lo dan todo hecho, no somos tan exigentes”.

También dicen que podrían aprender “responsabilidad” y a “divertirse sin tecnologías y a no ser tan dependientes de ella”

11. Disposición a participar en talleres con otra generación.

Todas muestran buena disposición para participar con la generación de mayores. En sus palabras: “me gustaría” “sería divertido” Cabe destacar que tres de ellas han participado en actividades intergeneracionales cuando eran más pequeñas a través del colegio y de actividades extraescolares. En definitiva, una de ellas dice “creo que me enseñarían más a mí que yo a ellas”.

12. Relaciones vecinales en San José

Con respecto al barrio no conocen el nivel de participación de actividad comunitaria. No han oído hablar de la Asociación de Vecinos más que para las fiestas del barrio.

Dicen que hay menos actividades para el barrio de las que podría haber y que, hace unos años, hacían talleres, cine, teatro pero que igual ha decaído, ellas creen que por la reducción presupuestaria.

13. Participación en función del género.

En cuanto a la relación entre la participación y la cuestión de género en los jóvenes, opinan que los chicos participan en menor medida que las chicas a estas edades, aunque alguno de sus compañeros (dos o tres) igual estarían dispuestos a participar en actividades con mujeres mayores.

Análisis del grupo focal con mujeres mayores.

Cuatro mujeres mayores de 65 años, jubiladas.

1. Relaciones con jóvenes-adolescentes.

La mayoría mantienen relaciones con sus nietos y sobrinos, es decir, dentro de la red familiar tienen relación con jóvenes-adolescentes la cual califican como positiva.

Fuera de la red familiar no mantienen relaciones con esta generación, según aprecian porque frecuentan diferentes espacios. Una menciona que sí mantiene relación con jóvenes en la OAD (Organismo Autónomo de Deportes) y que los percibe de manera positiva.

2. Diferencias entre las generaciones de mayores y adolescentes.

Las nuevas tecnologías, el nuevo estilo de vida, el trabajo de los padres deriva en que comen en diferentes horarios y, como resultado, la comunicación se debilita en la familia.

Los niños de ahora están más desatendidos. “No están igual de cuidados los niños si la madres se ha quedado en casa que si trabaja”.

Ahora la sociedad es más individualista y menos familiar y se ha perdido calidad en las relaciones familiares y vecinales.

Los mayores continúan con relaciones más cercanas con los vecinos. Los jóvenes se muestran más distantes e indiferentes con los vecinos.

Se ha dejado de vivir con la familia extensa y se ha perdido la convivencia con el abuelo. Los hogares se han transformado y, cada vez con más frecuencia, prevalecen los hogares unipersonales. Ellas afirman que, a veces, se sienten solas pero que no lo cambiarían por vivir con sus hijos ya que la independencia que este modo de vida les aporta es mucho más importante para ellas. Los siguientes comentarios ponen de manifiesto lo expresado anteriormente “a veces te encuentras sola pero también tienes una libertad que en mi vida nadie se mete para nada”; “soledad por la libertad”.

3. Cómo eran a su edad, cuando eran adolescentes.

Para empezar cuando se les pregunta por los adolescentes una de ellas dice “en nuestra generación no existía la palabra adolescente”. Antes se pasaba de niño a adulto, ahora las cosas han cambiado.

Antes las mujeres no tenían tanta libertad como hoy en día. Las mujeres que han participado han realizado comentarios como los siguientes: “la juventud nuestra fue nefasta”; “teníamos muchas

carencias, ahora lo tienen todo”; “era muy triste la juventud de entonces”; “a las nueve estábamos en casa”; “ahora salen hasta las 7 de la mañana, es otra costumbre”. “ni lo de antes que todo era pecado (...) ni lo de ahora que hay tanta libertad”.

Siempre han sido activas, sobre todo a partir de la transición. Ahora lo siguen siendo (cómo eres de joven serás de mayor). Aunque una de ellas afirma que no siempre es así y que, debido a la represión del patriarcado muchas mujeres que han enviudado en su madurez se han enganchado a realizar actividades de más mayores.

4. Características del joven adolescente de hoy en día. Diferencias entre chicas y chicos.

La concepción de la juventud que tienen es que “hay menos respeto”. Dicen que antes se compartía más en todos los aspectos. Había más espíritu comunitario entre los vecinos, los amigos y los familiares. Ahora la juventud “está muy acomodada”; “os vais a tener que espabilar mucho” “habéis vivido de maravilla, no os ha faltado nada” “los padres hemos tenido la culpa de que hemos sido blandos con los hijos”.

Según su punto de vista, la educación se ha dejado más al ámbito del colegio y se han enseñado menos valores en el seno del hogar, quizás en gran medida por la incorporación de la mujer al mercado laboral. A pesar de esto último, afirman que la responsabilidad sigue recayendo en la mujer en la mayoría de los casos y que el machismo sigue estando presente en la mayoría de los hogares.

En cuanto a las diferencias que perciben en los jóvenes en cuanto a género dicen que creen que las mujeres, en general, son más trabajadoras y sensatas y que tienen mayor predisposición a participar.

5. Cómo percibe la juventud a las personas mayores

Creen que los jóvenes perciben a las personas mayores como “antiguas”. Dicen que tienen mentalidades diferentes y que se ha perdido el respeto por los mayores “antiguamente el abuelo en las casas era súper respetado, hoy en día los aparcen en las residencias”.

Piensan que las diferencias entre las generaciones pueden darse también porque han evitado la relación con los jóvenes del ámbito extra-familiar en sus palabras quizás “no hemos sido lo suficientemente inteligentes para entrelazar las generaciones y las distintas mentalidades”

6. Cómo consideran que son realmente las personas mayores.

Ellas se consideran a sí mismas como personas activas, aunque no les gusta la palabra mayores ya que continúan sintiéndose jóvenes. Todas participan en multitud de actividades, voluntariado y, una de ellas, asociacionismo. Las que tienen nietos cuidan de ellos de vez en cuando.

7. Qué podrían enseñarle a los adolescentes.

Su pasado participativo y reivindicativo sale a la luz cuando dicen que pueden enseñar a los jóvenes a “luchar por sus ideales”. También piensan que es importante retomar valores como respeto y unidad y creen que ellas, que lo han tenido más presente a lo largo de toda su vida, son las más adecuadas para transmitirlos.

Piensan que algunas actividades para los jóvenes podrían ser el voluntariado, un club de gente joven, grupos de jota, teatro o senderismo.

8. Qué podrían aprender de los jóvenes.

No parecen tener mucho que aprender de los jóvenes ya que sólo mencionan a las nuevas tecnologías. Esto puede deberse, en gran medida, al desconocimiento de esta generación.

9. Disposición a participar en talleres con otra generación.

Tienen una buena predisposición pero tienen alguna duda de que este tipo de proyecto pudiera tener resultados. Ellas dicen que para que los jóvenes quieran participar con los mayores hay que plantearles algo en lo que puedan pasárselo bien. “a nosotros nos gusta salir de día y a la gente joven de noche”; “si los jóvenes entre sí no se agrupan, imagínate lo difícil que es lo que planteas”.

10. Relaciones vecinales en San José

Actualmente, se ha tocado techo en las relaciones vecinales y en el tejido participativo. En sus palabras “se han ido reivindicando muchas cosas en el barrio de San José y los antiguos igual se han quedado más a un lado”. Ahora ya no hay tanto que reivindicar y se ha perdido tejido social por lo que, según su opinión hay que empezar desde el principio. Comienzan a llegar algunas personas jóvenes al barrio pero suelen ser “inmigrantes” o “jóvenes que han vivido toda su vida en otro barrio” por lo que, finalmente acaban haciendo vida fuera de San José.

Anexo IV. Cuestionario de satisfacción

Responda al siguiente cuestionario, marcando con una X la casilla que usted crea necesaria. Ha de tener en cuenta que “1” es el valor más alto y la respuesta más afirmativa y que, por el contrario, “5” es el valor más bajo y es la respuesta más negativa.

Responda a la última pregunta de forma libre, escribiendo sus propuestas de mejora para futuras actividades.

Cuestionario de satisfacción		1	2	3	4	5
En relación a la actividad	¿Le ha gustado la actividad?					
En relación al desarrollo de la actividad	¿Le ha parecido adecuado el tiempo que ha durado la actividad?					
	¿Cree que se ha desarrollado como debería?					
En relación a la pertinencia de la actividad	¿Le ha parecido que la actividad era necesaria?					
	¿Cree que se ha producido algún cambio positivo en usted?					
En su opinión	¿Qué mejoraría para futuras actividades?					
<div style="border: 1px solid black; height: 100px; width: 100%;"></div>						
Gracias por su colaboración						